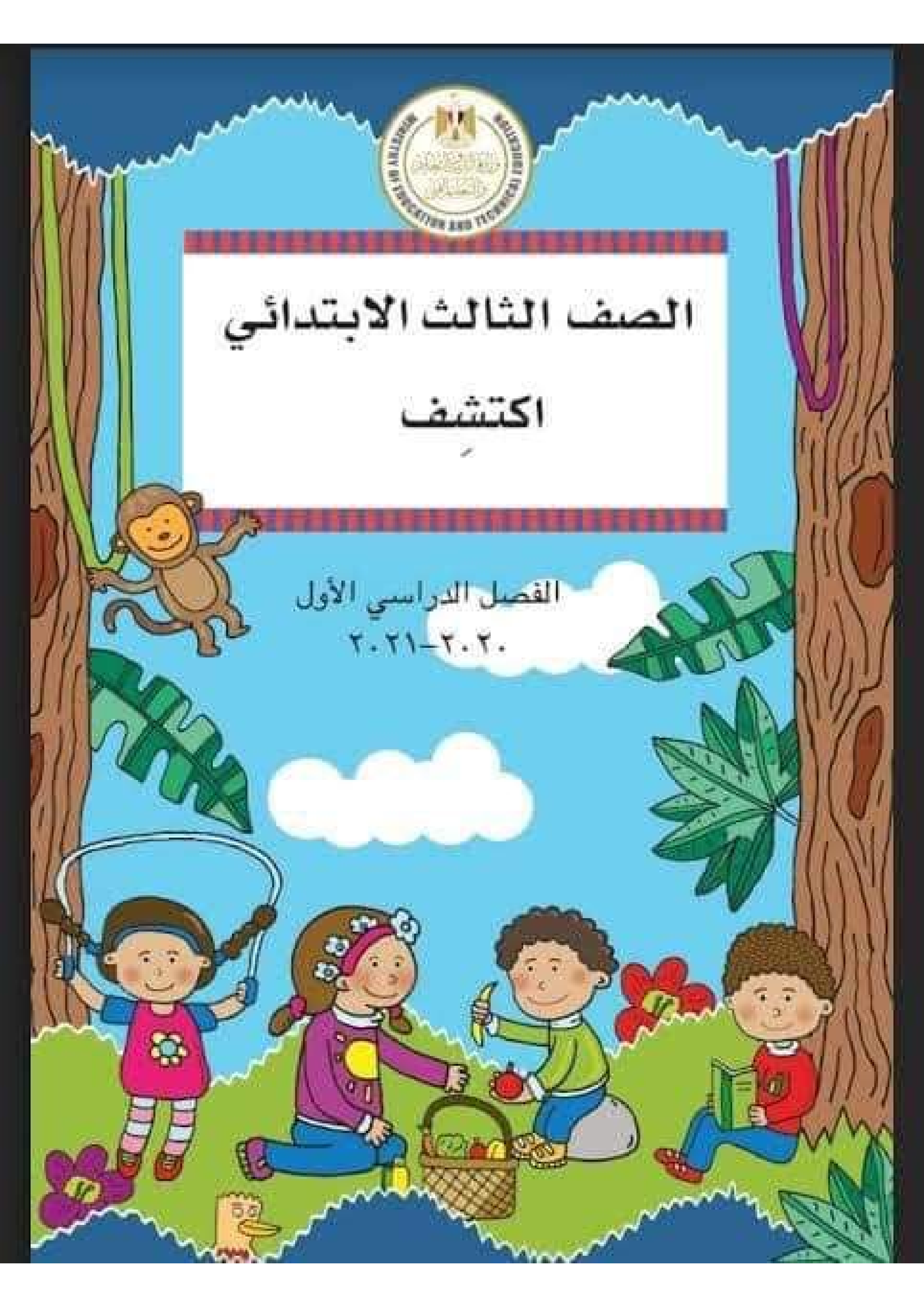


الصف الثالث الابتدائي
اكتشف
الفصل الدراسي الأول
٢٠٢٠-٢٠٢١



المهارات الحياتية



اتبع الإرشادات، ثم اكتب إجاباتك بخط جميل.

١ . اكتب تعريف "المهارات الحياتية" الذي اتفق عليه الفصل.

هي مجموعة من المهارات الشخصية التى تساعد على اتخاذ القرارات المهمة في حياته والتواصل مع الآخرين بإيجابية، وإدارة الذات التى تؤدى إلى التقدم والنجاح .

٢ . فيما يلي بعض المهارات الحياتية التي ستتعرف عليها في الفصل خلال هذا العام. ارسم نجمة أمام المهارات التي تجيدها، ثم ارسم دائرة بجوار المهارات التي تحتاج إلى تحسينها.

أجيد تنظيم عملي والحفاظ على تركيزي.

أبتكر وأعرض أفكاري بطرق عديدة.



أحل المشكلات التي تواجهني بطرق عديدة وأساعد الآخرين.

أستطيع أن أعبر عن أفكاري بطرق مختلفة.

أشرح ما أفكر فيه بسهولة.

أحدد أهدافي وأعمل على تحقيقها.

أستمع جيدًا إلى آراء الآخرين وأحترمها.

أهتم بمشاعر الآخرين عندما تلعب أو تعمل سويًا.





استخدام مهارات التفكير الناقد

لاحظ الصور التالية، أمامك أجزاء صغيرة من صور أكبر.
هل يمكنك تخمين الصورة الكاملة؟ ناقش ذلك مع زميلك، واكتب إجاباتك في الفراغات، ثم اشرح كيف توصلت لهذه الإجابة.



ماذا ترى في الصورة؟

جناح الفراشة

ما الجزء الذي ساعدك على تخمين الصورة الكاملة؟

الألوان الجميلة التي تتميز بها الفراشة .



ماذا ترى في الصورة؟

رأس النحلة

ما الجزء الذي ساعدك على تخمين الصورة الكاملة؟

الأعين الكبيرة



ماذا ترى في الصورة؟

قطعة قماش

ما الجزء الذي ساعدك على تخمين الصورة الكاملة؟

نسيج الخيوط المتشابكة



ألغاز

اكتشف اللغز واكتب الاستراتيجية التي استخدمتها أثناء حل اللغز.

١. رقمي أصغر من ١٠
إذا جمعت رقمي ٣ مرات، فسوف يكون الناتج ١٥
هل عرفت رقمي؟

رقمي هو ٥

الاستراتيجية التي استخدمتها لحل اللغز: العد بالقفز بمقدار ٥

٢. أنا وحدة قياس.
أستطيع قياس طول الأشياء.
أستطيع قياس طول المشابك الورقية.
هل عرفتني؟

أنا السنتيمتر.

الاستراتيجية التي استخدمتها لحل اللغز: العصف الذهني

يمكنني استخدام مهارات التفكير الناقد. استراتيجيتي المفضلة هي

حل المشكلات لأن تساعدني على التفكير والعمل التعاوني





هناك العديد من الأشياء التي يمكن قياسها في هذه الصورة. سجِّل أسئلتك عن الأشياء التي يمكن قياسها. مثال: ما المسافة التي قطعها أثناء الجري؟

كم تبلغ سرعة اللاعب عند الجري ؟
كم المسافة التي قطعها اللاعب عند الوثب ؟
ماطول ساق اللاعب ؟

ما المسافة التي قفزتها؟ سجِّل المسافة. قفزت ٥٠ سم.

اسأل ١٥ تلميذًا في فصلك عن المسافة التي قفزها كل واحد منهم، ثم سجِّل إجاباتهم عن طريق وضع علامة في الصف الصحيح في المخطط التالي.

المسافة التي قفزتها	عدد التلاميذ
٠-٤٠ سم	~~IIII~~ I
٤١-٨٠ سم	IIII
٨١-١٢٠ سم	II
١٢١-١٦٠ سم	II
<١٦٠ سم	I

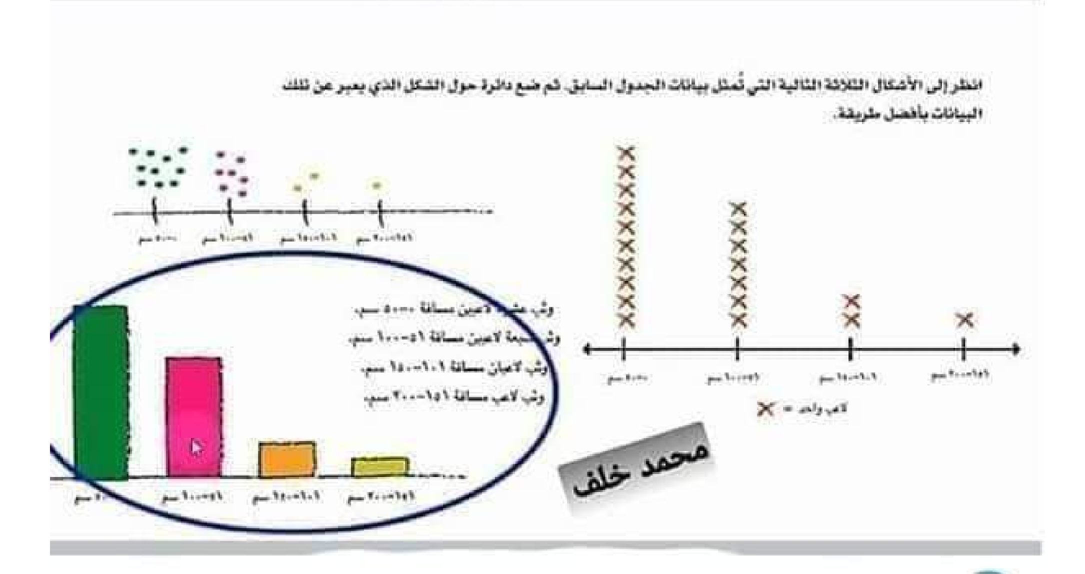


تمثيل البيانات

تنافس عدد من اللاعبين في مسابقة للوثب وجمع التلاميذ البيانات للإجابة عن السؤال التالي: ما الارتفاع الذي وصل إليه كل لاعب عند الوثبة؟ فيما يلي القياسات التي جمعها التلاميذ:

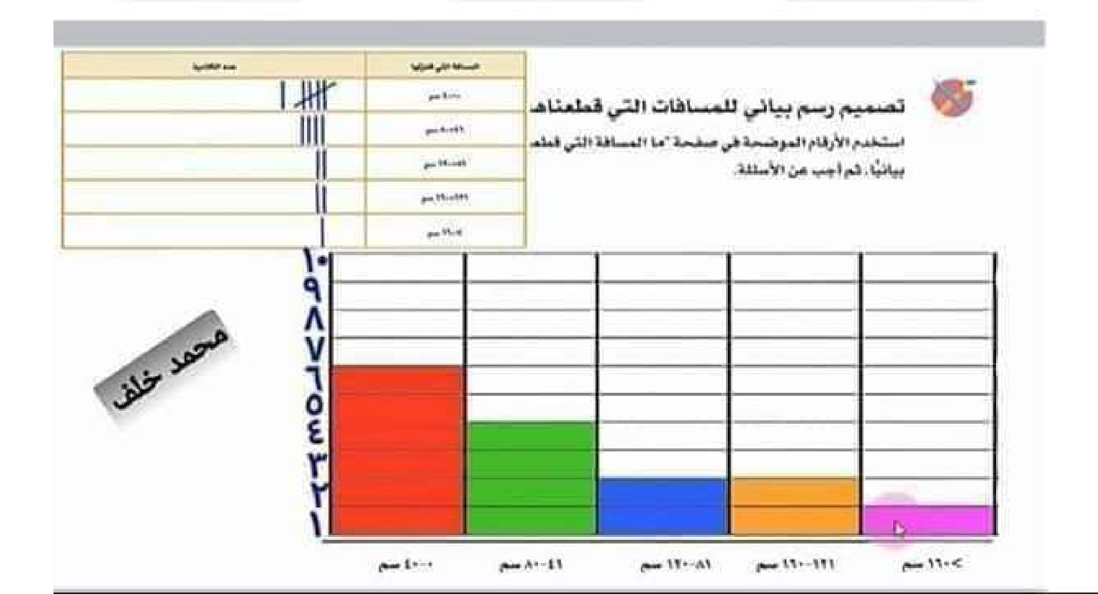
ارتفاع الوثبة	عدد اللاعبين
٠-٥٠ سم	١٠
٥١-١٠٠ سم	٧
١٠١-١٥٠ سم	٢
١٥١-٢٠٠ سم	١

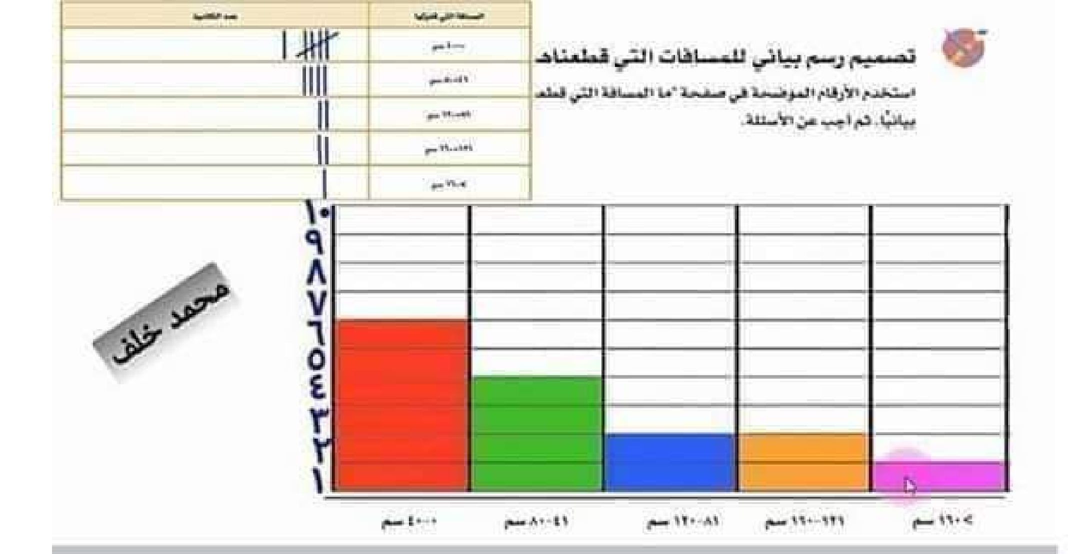
انظر إلى الأشكال الثلاثة التالية التي تُمثل بيانات الجدول السابق. ثم ضع دائرة حول الشكل الذي يعبر عن تلك البيانات بأفضل طريقة.



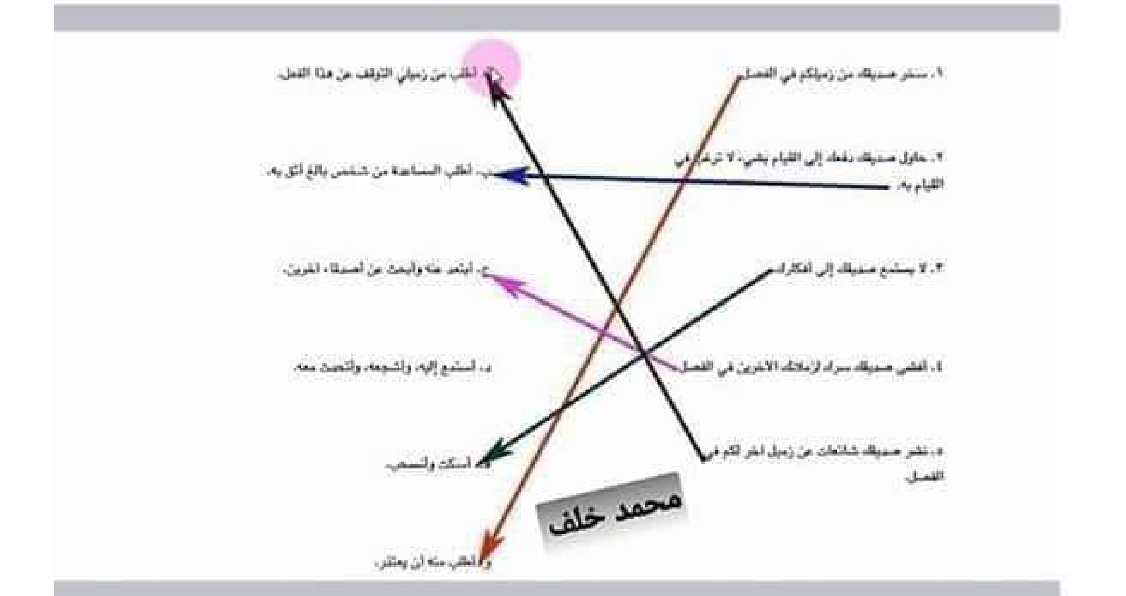
تصميم رسم بياني للمسافات التي قطعناها

استخدم الأرقام الموضحة في صفحة "ما المسافة التي قطع...
بيانيًا. ثم أجب عن الأسئلة.




تصميم رسم بياني للمسافات التي قطعناها
استخدم الأرقام الموضحة في صفحة "ما المسافة التي قطعتها
بيانيًا. ثم أجب عن الأسئلة.
المسافة التي قطعتها
عدد التلاميذ
١٠
٩
٨
٧
٦
٥
٤
٣
٢
١
٠-٤٠ سم
٤١-٨٠ سم
٨١-١٢٠ سم
١٢١-١٦٠ سم
> ١٦٠ سم
محمد خلف


محمد خلف
ما المدى الذي سجله أكبر عدد من التلاميذ؟
٠ ـ ٤٠ سم
ما المدى الذي سجله أقل عدد من التلاميذ؟
> ١٦٠ سم
ما المعلومات التي قد تكون مفقودة في الرسم البياني؟
عنوان التمثيل البياني


١. يسخر صديقك من زميلكم في الفصل.
٢. حاول صديقك دفعك إلى القيام بشيء لا ترغب في القيام به.
٣. لا يستمع صديقك إلى أفكارك.
٤. أفشى صديقك سرك لزملائك الآخرين في الفصل.
٥. نشر صديقك شائعات عن زميل آخر لكم في الفصل.
أ. أطلب من زميلي التوقف عن هذا الفعل.
ب. أطلب المساعدة من شخص بالغ أثق به.
ج. أبتعد عنه وأبحث عن أصدقاء آخرين.
د. أستمع إليه، وأشجعه، وأتحدث معه.
هـ. أسكت وأنسحب.
و. أطلب منه أن يعتذر.
محمد خلف





إعلانات تجارية

الدرس ٦

تحدث مع مجموعتك عن أحد الإعلانات التي شاهدتها، وصف لهم الاستراتيجيات المستخدمة في الإعلان عن المنتج. ثم حدد ما إذا كانت كل استراتيجية تُستخدم لجذب الانتباه أم لتقديم المعلومات.

إعلان تجاري: إعلان سيارة بنجو

استراتيجية البيع	الوصف	لجذب الانتباه أم لتقديم المعلومات
الجمهور المستهدف: كل الأشخاص الراغبين ممن هم في نفس سنك لديهم نفس المنتج	استهدف الأطفال	لجذب الانتباه
عرض نتائج إحدى المنتجات المتنافسة مع منتج آخر	جودة المنتج	تقديم المعلومات
الموسيقى المصاحبة	موسيقى مفرحة	لجذب الانتباه
التغليف بألوان زاهية	عرض المنتج بأشكال جذابة	لجذب الانتباه
الاستعانة بمشاهير أو شخصيات كرتونية	الأطفال	لجذب الانتباه
الإعلان عن الخصم أو ثمن المنتج	تم عرض ثمن المنتج	تقديم المعلومات
استراتيجية أخرى	يمكن استبدال المنتج خلال ١٤يوم	تقديم المعلومات

هل يساعد هذا الإعلان التجاري على اختيار المنتج؟

نعم

لماذا؟ ولم لا؟ لأنه يعرض مميزات المنتج وثمنه.



منتج جديد: العصف الذهني

قم بالعصف الذهني للوصول إلى أفكار مميزة من إعلانك التجاري. استمع إلى أفكار كل من أفراد مجموعتك. ثم اكتب كل الأفكار. تأكد من وضع اسم لمنتجك.

اسم المنتج: شنطة سبونج بوب

كيف يمكننا جذب انتباه المشتري لمنتجنا؟

عرض اشكال جذابة للمنتج - استخدام شخصية كرتونية

عرض خصم على المنتج - استخدام موسيقى لعرض المنتج

ما الذي ينبغي علينا ذكره عند وصف المنتج؟

عرض مميزات المنتج وثمنه .

محمد خلف

ما الكلمات، والأصوات، والصور التي يمكننا استخدامها لإقناع الجمهور؟

كلمات	أصوات	صور
رائع - متميز - خصم جودة عالية	أغنية موسيقية	أشكال جذابة للمنتج

ما الأمور الأخرى التي يجب علينا إضافتها؟

طريقة استخدام المنتج .

الدرس ٧

محمد خلف

تقييم الزملاء

استمع جيداً إلى الإعلان التجاري المعروض أمامك ثم استمع إلى الاستراتيجيات والحقائق. ثم حدد هل وفر لك الإعلان معلومات كافية تجعلك قادراً على اتخاذ قرار جيد.

اسم المنتج: ألوان مائية

الممثلون: المجموعة الأولى

الاستراتيجيات المستخدمة لجذب انتباه الجمهور:

عرض أشكال جذابة للمنتج .

اختيار كلمات وموسيقى مناسبة للمنتج .

حقائق عن المنتج:

سعر المنتج

طريقة استخدام المنتج

محتويات علبة الألوان

هل هناك قدر كافٍ من المعلومات لاتخاذ قرار جيد؟ نعم

لماذا؟ ولِمَ لا؟

لأنه يعرض مميزات المنتج وثمنه وطريقة الاستخدام

الدرس ٨

الاستراتيجيات التي أستخدمها

فكر مع زملائك، ثم سجل استراتيجية واحدة أو اثنتين يمكن الاستعانة بهما مع المهارات الحياتية الأربع التالية.

التفكير الناقد	أستخدم وقت التفكير لفهم أحد الأسئلة والتفكير في إجابته قبل التحدث. - أحدد المعلومات المتعلقة بالموضوع - أسال نفسي هل إيجابتي مفهومة؟
إدارة الذات	أحدد الأهداف. - أقيم تقدمي في إحراز أهدافي - أكون منظمًا في عملي
التعاون	أستمع إلى فريقي. - أشارك أفكاري وأحترم أفكار الأخرين وأستمع إليهم - أساعد أحد الأشخاص عند الحاجة - أطلب المساعدة عند الحاجة
التواصل	- أكتب جملًا وأفكارًا كاملة - أستمع إلى الأخرين - أتحدث بوضوح



محمد خلف

أهدافي

اتبع الإرشادات الموجودة في كل سؤال

١. اكتب اثنتين من المهارات الحياتية التي ترغب أن تكتسبها، ثم اكتب استراتيجيتين يمكن استخدامهما في اكتساب كل مهارة.

مهارة أريد اكتسابها	استراتيجيات يجب أن استخدمها
التعاون	- أشارك أفكاري وأحترم أفكار الأخرين وأستمع إليهم . - أساعد أحد الأشخاص عند الحاجة.
التواصل	- أكتب جملا وأفكارا كاملة - أستمع إلى الأخرين

محمد خلف

٢. اكتب مهارة حياتية واحدة تعتقد أنك تجيدها، ثم دلل على إجابتك لها.

أجيد مهارة التعاون لأني أشارك أفكاري وأحترم أفكار الأخرين وأستمع إليهم وأساعد الأشخاص عند الحاجة .



الدرس ٩




ميثاق الفصل

اكتب ميثاق الفصل بخط جميل، وتأكد من أن الميثاق خالٍ من الأخطاء الإملائية.

١- الاستماع الجيد والإنتباه أثناء الشرح

٢- الإستئذان قبل التحدث

٣- أحترام آراء وأفكار الآخرين

٤- المحافظة على نظافة الفصل

٥- التعاون مع الأصدقاء





الدرس ٩

ميثاق الفصل

اكتب ميثاق الفصل بخط جميل، وتأكد من أن الميثاق خالٍ من الأخطاء الإملائية.

١. الاستماع الجيد والإنتباه أثناء الشرح

٢. الإستئذان قبل التحدث

٣. أحترام آراء وأفكار الآخرين

٤. المحافظة على نظافة الفصل

٥. التعاون مع الأصدقاء



تنمية مهاراتي

ابتكر طريقة تبين المهارات التي تتميز بها. يمكنك كتابة قصة أو شعر أو رسم صورة أو اختيار طريقة أخرى. واصف بعض التفاصيل التي تراها مهمة.





أقيّم نفسي

اقرأ كل عبارة، وفي كل صف لوّن نجوم المربع الذي يصف مجهودك.

	☆	☆☆	☆☆☆
المحتوى الدراسي	☆ استطعت حل مشكلة بمساعدة المعلم أو الزملاء.	☆☆ استطعت حل مشكلة بشكل مستقل	☆☆☆ استطعت حل مشكلة بشكل مستقل بأكثر من طريقة.
جودة الأداء	☆ تحدثت بصوت منخفض أو كان من الصعب فهم ما أقوله.	☆☆ تحدثت بوضوح.	☆☆☆ تحدثت بوضوح وبتعبيرات مشاركة.
المهارات الحياتية	☆ عملت بمفردي.	☆☆ عملت مع مجموعتي.	☆☆☆ عملت مع مجموعتي وساعدت بعض من حولي.


الصف الثالث الابتدائي
اكتشف
الفصل الثاني
درس ١١ : ١٥

من أكون؟

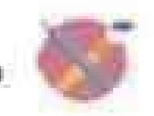
(الحياة الصحية)

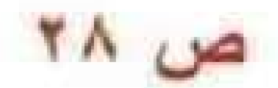
محمد خلف

الفصل الثاني



الحفاظ على صحة الجسم





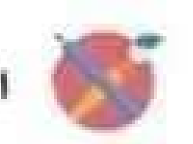
صحي أم غير صحي

اقرأ كل نشاط من الأنشطة التالية وحدد هل النشاط صحي أم غير صحي، ضع دائرة حول إجابتك.

١. إهمال تناول وجبة الإفطار كل صباح صحي **غير صحي**	٢. اللعب بالخارج كل يوم صحي **غير صحي**	٣. تناول الفاكهة والخضراوات **صحي** غير صحي
٤. النوم لمدة سبع ساعات في الليلة **صحي** غير صحي	٥. الدخول في مشاجرات مع أصدقائك باستمرار صحي **غير صحي**	٦. الإفصاح عن مشاعرك عند الشعور بالحزن أو الغضب **صحي** غير صحي

٩. شرب الماء على مدار اليوم صحي غير صحي	٨. مشاهدة التلفزيون ولعب ألعاب الفيديو لساعات طويلة صحي غير صحي	٧. تناول الحلوى والوجبات الخفيفة بدلًا من وجبة الغداء صحي غير صحي





اختياراتي

ص ٢٩

اكتب ثلاثة اختيارات جيدة حددتها لهذا الأسبوع، ثم ارسم صورة تعبر عن المشاعر التي ستشعر بها عندما تقوم بهذه الاختيارات.

١. الحصول على قسط كافٍ من النوم.

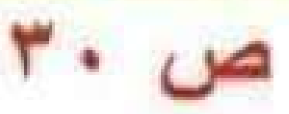
٢. التمتع بجسم نشيط.

٣. تناول أطعمة صحية.



شعوري إذا قمت بهذه الاختيارات.







عادات صحية

اقرأ النص، وظلل أو ضع خطًا تحت كيفية استفادة جسمك من كل عادة صحية، ثم أجب عن الأسئلة.

الحصول على قسط كافٍ من النوم: هل نمت متأخرًا في إحدى ليالي الدراسة؟ كيف شعرت في الصباح الباكر؟ إذا لم تحصل على قسط كافٍ من النوم، فستشعر بالعصبية. لا بد أن ينام الأطفال في المرحلة الابتدائية لمدة بين ١٠ و١٢ ساعة في كل ليلة؛ فالحصول على قسط كافٍ من النوم يساعدك على التفكير بشكل أفضل، كما يساعدك في الحفاظ على صحة جسدك والشعور بالنشاط.



يساعدنا النوم على تذكر ما تعلمناه أثناء اليوم الدراسي.



القراءة نشاط يبعث على الهدوء والاسترخاء.

التحلي بسلوك إيجابي وهادئ: تتسبب مشاهدة التلفزيون وألعاب الفيديو لساعات طويلة في إضاعة الوقت والانشغال عن الأمور المفيدة. من الضروري التعامل مع أي مشكلة بسلوك إيجابي. حاول أن تخصص وقتًا للاستمتاع بأنشطة غير مُرهقة تساعدك على الاسترخاء، ومن ضمن هذه الأنشطة: القراءة والخروج في نزهة. فالتحلي بسلوك إيجابي يساعد على تحسين حالتك المزاجية، كما يساعد الهدوء والتحلي بسلوك إيجابي جسمك على التصدي لبعض الأمراض.

تناول الأطعمة الصحية: لن يضرك تناول الحلوى بين الحين والآخر، ولكنك ستضر جسمك إذا تناولت هذا النوع من الطعام يومياً. من المهم التفكير في خيارات الطعام الذي تتناوله بعناية. أما الطعام الصحي، فيمد جسمك بالعناصر المفيدة ويمنحك الطاقة اللازمة للعمل واللعب.



الفاكهة والخضراوات والحبوب أطعمة صحية ومفيدة لأجسامنا.

التمتع بجسم نشيط: إن ممارسة التمارين الرياضية أو المشي لمدة ساعة يومياً يساعدك في بناء جسم قوي ونشيط، كما أنها تحسن حالتك المزاجية وتساعدك على التركيز أثناء المذاكرة.



رياضة مثل كرة القدم تمنح الأطفال النشاط.



الحصول على قسط كافٍ من النوم

١. اذكر سببًا واحدًا لأهمية الحصول على قسط كافٍ من النوم

يساعدك على التفكير بشكل أفضل.

٢. متى تستيقظ للذهاب إلى المدرسة؟

الساعة السابعة صباحًا.

٣. متى يجب أن تنام لتحصل على ١٢ ساعة من النوم؟

الساعة السابعة مساءً.



التحلي بسلوك إيجابي وهادئ

٤. اذكر نشاطًا واحدًا من النص السابق يساعد على الاسترخاء.



٥. اذكر أحد أنشطة الاسترخاء الممتعة غير واردة في النص السابق.



ص ٣٢

٦. ما تأثير تناول الكثير من الحلوى على جسمك؟

تناول الكثير من الحلوى يضر الجسم.

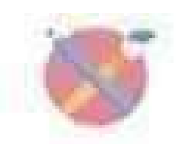
٧. ما الوجبة الخفيفة الصحية المفضلة لديك؟

تناول سندوتش كبدة.

التمتع بجسم نشيط

٨. كيف يساعدك الجسم النشيط في دراستك؟

يساعد على التركيز أثناء المذاكرة.



جدول متابعة العادات الصحية

ص ٣٣

اقرأ الأنشطة المذكورة في المخطط، وأضف أهدافك الثلاثة، ثم استخدم هذا المخطط لتضع علامة أمام الأنشطة التي تمارسها يوميًا للحفاظ على صحة جسمك.

عادة صحية	السبت	الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
الحصول على قسط كافٍ من النوم	✓	✓		✓	✓		✓
التحلي بسلوك إيجابي وهادئ							
تناول الأطعمة الصحية							

التمتع بجسم نشيط							
الاهتمام بالنظافة الشخصية							
تنمية الهواية المحببة لدي							
شرب الماء على مدار اليوم							



ص ٣٤

ابتكر نشاطًا يساعد على تنشيط عقلك. اكتب نشاطك وضع وصفًا مختصرًا له وارسم صورة لنفسك وأنت تمارسه، ثم اكتب طريقة واحدة تساعد في الحفاظ على صحة جسمك.



العد بالقفز

نشاط يساعد على تنشيط عقلك

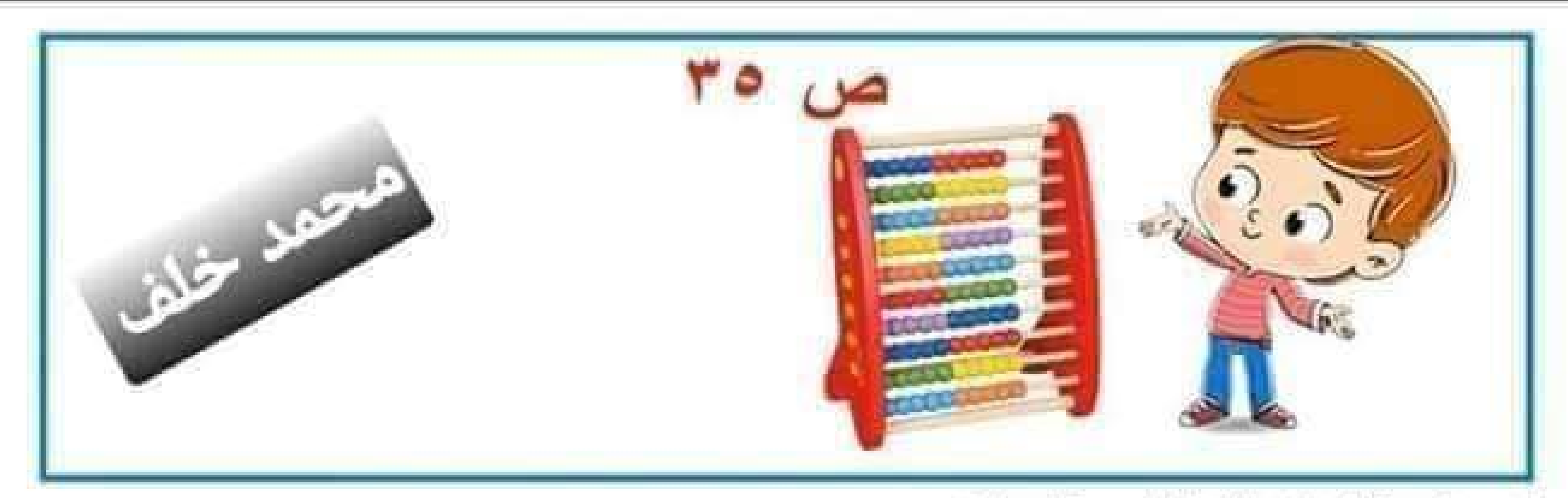
وصف النشاط:

١. يقوم التلميذ بالعد بالقفز بمقدار ٢ (٢ ، ٤ ، ٦ ، ٨ ،...)

٢. يقوم التلميذ بالعد بالقفز بمقدار ٣ (٣ ، ٦ ، ٩ ،.....)

٣. يقوم التلميذ بالعد بالقفز بمقدار ٤ (٤ ، ٨ ، ١٢ ،.....)

٤. يقوم التلميذ بالعد بالقفز بمقدار ٥ (٥ ، ١٠ ، ١٥ ،.....)



كيف يساعد هذا النشاط في الحفاظ على صحة أجسامنا؟

يحافظ على تنشيط الذاكرة والعقل.



هل نحن متشابهون؟

انظر إلى الصور، ما أوجه التشابه والاختلاف بينها؟ أكمل الجمل أسفل كل صورة.





سبب التشابه

أن كلا منهما له غطاء خارجي يحميه .



سبب الاختلاف

يمكن تقشير البرتقالة ولايمكن تقشير الجلد .



الجلد مصدر الحماية

ص ٣٨

اقرأ النص، ثم ضع خطًا أسفل الجمل التي توضح دور الجلد كمصدر للحماية. ضع دائرة حول طرق حمايتك لجلدك.

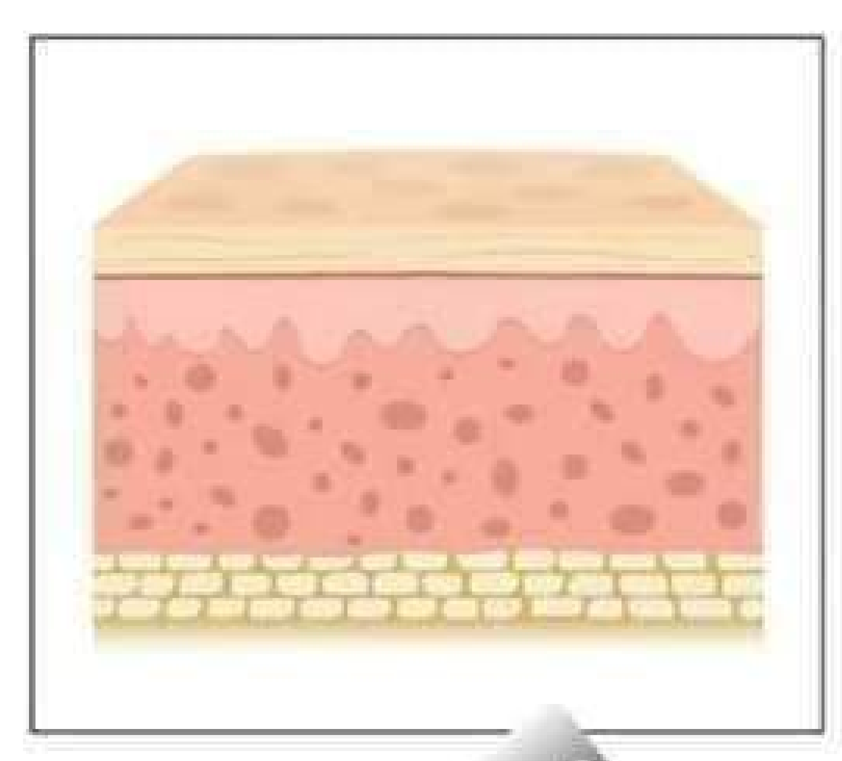


يُشكل الجلد طبقة حماية لجسمنا ضد كل ما يتعرض له، كما يحمينا من الجراثيم وأشعة الشمس الضارة، ويحافظ على السوائل داخل الجسم ويساعد على تنظيم درجة حرارته. يزن الجلد حوالي ٤ كيلوجرامات، وهو العضو الأكبر في جسمنا.

يتكون الجلد من عدة طبقات، فبعضها طبقات يمكن رؤيتها، أما البعض الآخر، فيكون داخليًا لا يمكن رؤيته. ويساوي سُمك طبقة الجلد العلوية نصف سُمك ورقة.

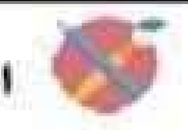
يتجدد جلدنا باستمرار؛ مما يساعد على الحصول على جلد صحي وسليم، حيث يوفر الجلد للجسم طبقة حماية مثالية.

يتضرر جلدنا من أشعة الشمس، ولذا يفرز مادةً تحمينا من أشعتها الضارة عندما تتعرض لها استخدام واقي الشمس يساعد في حمايتنا من أشعة الشمس الضارة، كما أن أفضل طريقة للحماية من الشمس هي ارتداء ملابس تغطي جسمنا علينا الاهتمام بجلدنا ليحمينا دائمًا.





الجانب المغطى بطبقة من واقي الشمس	الجانب غير المغطى بطبقة من واقي الشمس
أتوقع... أن يحمي واقي الشمس الورقة ويحافظ على لونها الأساسي .	أتوقع... أن يتغير لون الورقة .
ألاحظ... لم يتغير لون الورقة .	ألاحظ... اسمرار لون الورقة .



استنتاجات البحث | الدرس ٤ | ص ٤٠

محمد خلف

استخدم المعلومات التي سجلتها أثناء البحث للإجابة عن الأسئلة.

١. ماذا حدث للجانب الذي لم يوضع عليه واقي الشمس؟ هل تغير لون الورقة أم لا؟

اسمرار لون الجانب الذي لم نضع عليه واقي الشمس وتغير لونه.

٢. ما أوجه الاختلاف بين الجانب الذي وضع عليه واقي الشمس والجانب الآخر الذي لم يوضع عليه واقي الشمس؟

لم يتغير لون الجانب الذي وضع عليه واقي الشمس بينما الجانب الآخر تغير لونه.



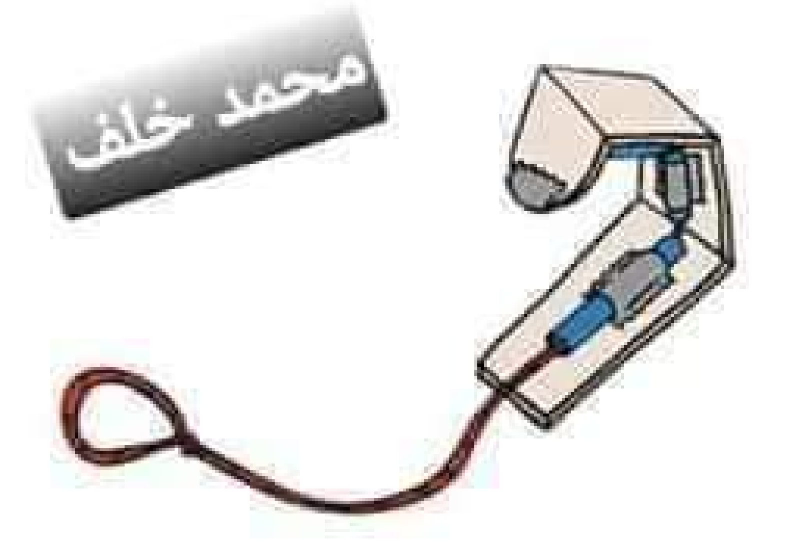
٣. رأيت تأثير واقي الشمس على الورقة، في رأيك كيف يؤثر واقي الشمس على الجلد؟

يحافظ على لون الجلد .

٤. من خلال البحث، ماذا تعلمنا عن أهمية استخدام واقي الشمس؟

يحمي الجلد من أشعة الشمس الضارة .


ص ٤٣



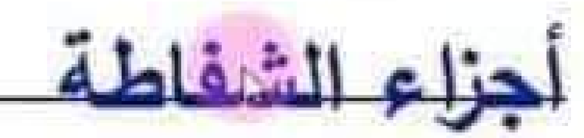

٧. ضع قاعدة الإصبع على المنضدة في وضع مستوٍ، ثم اسحب الخيط لتتمكن من تحريك الإصبع.

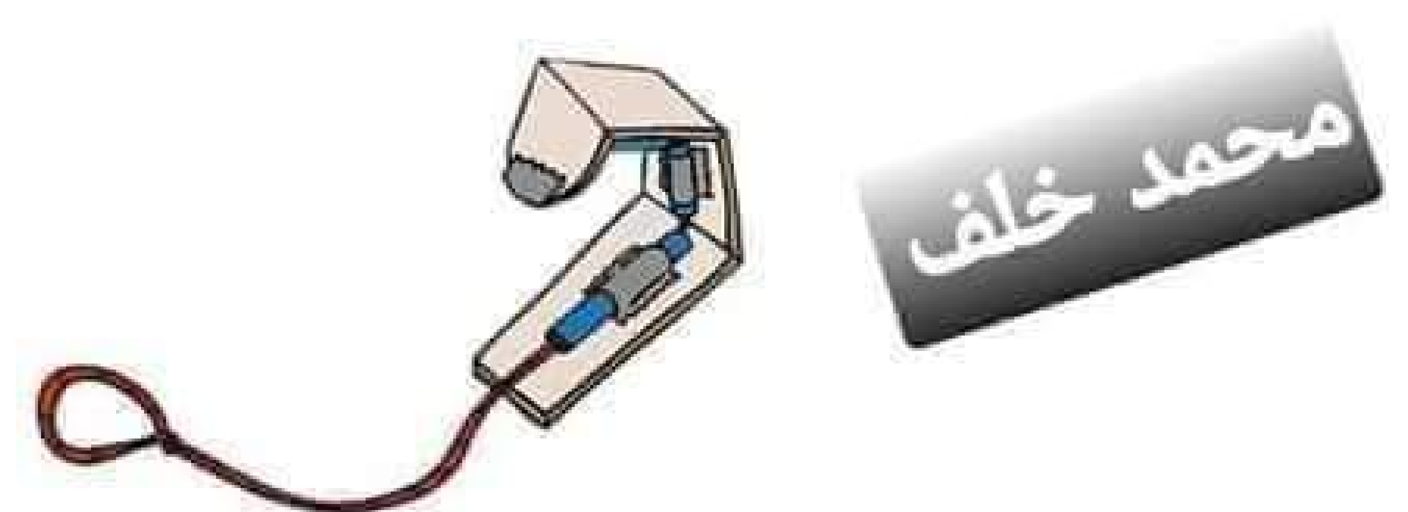
اجب عن الأسئلة.

١. ما الجزء الذي يرمز إلى العضلات في النموذج؟


الخيط

٢. ما الجزء الذي يرمز إلى العظام في النموذج؟

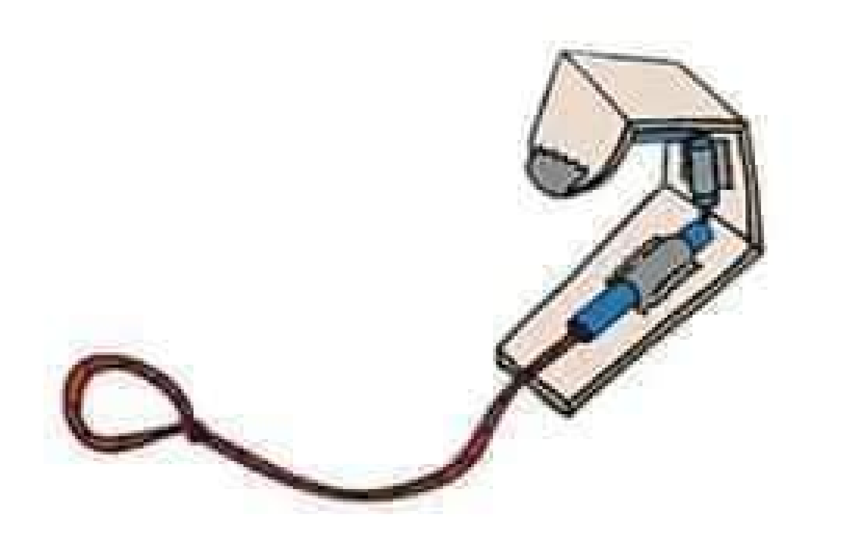

أجزاء الشفاطة



٣. كيف تعمل العظام والعضلات في النموذج على تحريك الإصبع؟

يعمل الخيط كوتر يساعد الإصبع على الإنثناء غير أن العضلات

تسحب الأوتار لجعلها تتحرك.





٣. كيف تعمل العظام والعضلات في النموذج على تحريك الإصبع؟

عندما نحرك الخيط تتحرك أجزاء الشفاطة أيضا حيث يرفع

الخيط أجزاء الشفاطة مما يساعد الإصبع على الإنثناء.

المقرمشات قبل عملية الهضم	المقرمشات بعد عملية الهضم
تظهر بوضوح في قطع صغيرة .	تتفتت المقرمشات وتذوب .

ص ٤٦

ألاحظ



ذوبان المقرمشات في عصير الليمون .

أجب عن الأسئلة.

١. لماذا تحتاج أجسامنا إلى هضم الطعام الذي نأكله؟

حتى يستفيد الجسم منه وتحمل العناصر الغذائية في الدم لتمد جميع أجزاء الجسم بالطاقة .

٢. ما وظيفة المعدة في عملية الهضم؟

تفتيت الطعام جيدًا ، وبعدها ينتقل الطعام إلى الأمعاء الدقيقة لاستكمال الهضم .

الصف الثالث الابتدائي

اكتشف

الفصل الثاني

درس ١٦ : ٢٠



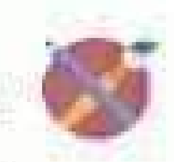
قلبي



اكتب ثلاثة أسطر عن القلب



الدرس ٧	ص ٤٩



معدل ضربات القلب

مارس مع زميلك كل نشاط لمدة ١٥ ثانية ثم دقيقة واحدة ثم دقيقتين. سجّل نبضك على الفور بعد الانتهاء من النشاط. واجمع عدد النبضات ٤ مرات لتحصل على معدل ضربات القلب في الدقيقة. وبعدها أضف نشاط آخر من عندك واحسب معدل ضربات القلب ثم أجب عن الأسئلة بعد انتهائك.

١. في اعتقادك، ما معدل ضربات قلبك أثناء ممارسة الأنشطة المختلفة؟

يزيد معدل ضربات القلب عند ممارسة الأنشطة.

٢. وضح سبب اعتقادك. لأنني ابذل مجهود أكبر عند ممارسة الأنشطة.



معدل ضربات القلب = عدد الضربات في الدقيقة

(تُحسب النبضات لمدة ١٥ ثانية وتُجمع ٤ مرات)

مثال: إذا كان عدد النبضات خلال ١٥ ثانية = ١٧ نبضة إذن عدد ضربات القلب خلال الدقيقة الواحدة = ١٧+١٧+١٧+١٧ = ٦٨ ضربة في الدقيقة

نشاط	الوقت المستغرق	احسب معدل ضربات القلب
الجلوس	١٥ ثانية	١٨ + ___ + ___ + ___ = ١٨
	دقيقة واحدة	١٨ + ١٨ + ١٨ + ١٨ = ٧٢
	دقيقتان	٧٢ + ٧٢ + ___ + ___ = ١٤٤

المشي	١٥ ثانية	٢٢ + ___ + ___ + ___ = ٢٢
	دقيقة واحدة	٢٢ + ٢٢ + ٢٢ + ٢٢ = ٨٨
	دقيقتان	٨٨ + ٨٨ + ___ + ___ = ١٧٦



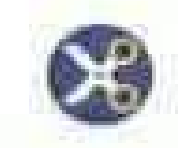
الجري في المكان	١٥ ثانية	٢٨ + ___ + ___ + ___ = ٢٨
	دقيقة واحدة	٢٨ + ٢٨ + ٢٨ + ٢٨ = ١١٢
	دقيقتان	١١٢ + ١١٢ + ___ + ___ = ٢٢٤

ممارسة العاب الكمبيوتر	١٥ ثانية	٣٢ + ___ + ___ + ___ = ٣٢
	دقيقة واحدة	٣٢ + ٣٢ + ٣٢ + ٣٢ = ١٢٨
	دقيقتان	١٢٨ + ١٢٨ + ___ + ___ = ٢٥٦

السباحة	١٥ ثانية	٣٥ + ___ + ___ + ___ = ٣٥
	دقيقة واحدة	٣٥ + ٣٥ + ٣٥ + ٣٥ = ١٤٠
	دقيقتان	١٤٠ + ١٤٠ + ___ + ___ = ٢٨٠

٦. ما أوجه الاختلاف بين معدل نبضك أثناء الجري في المكان لمدة دقيقتين وممارسة ألعاب الكمبيوتر لمدة دقيقتين؟

معدل النبض أثناء الجري في المكان أقل من معدل النبض عند ممارسة ألعاب الكمبيوتر .



تصميم شجرة عن الحقائق الصحية

الدرس ٨ | ص ٥١

اكتب الحقائق المهمة التي تعلمتها على أوراق الشجرة. لوّن كل ورقة ثم قصّها أو انسخ الحقائق الخاصة بك على أوراق شجر من الورق المقوى.

يشكل الجلد طبقة حماية لجسمنا ضد كل ما يتعرض له.

العضلات والعظام يمثلان درعا قويا للأعضاء اللينة مثل القلب والرئتين والمخ.


المعدة تقوم بهضم الطعام .
محمد خلف
القلب يضخ الدم إلى جميع أجزاء الجسم .



التخطيط

الدرس ٩ | **ص ٥٤**

مارس العصف الذهني للأفكار داخل مجموعة الخبراء. ما الحقائق المهمة التي ترغب في إضافتها إلى قصتك؟ اكتب أكبر عدد ممكن من الأفكار.

١. القلب واحدا من أهم الأعضاء في الجسم.

٢. القلب عضوء عضلي يضخ الدم في جسم الإنسان.

٣. يتكون قلب الإنسان من أربع حجرات مفصولة عن بعضها بحواجز وصمامات.

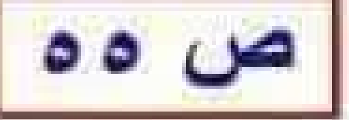
٤. القلب هو المحرك الذي يغذي أكثر من ٣٠٠ مليون خلية في جسم الإنسان

وبزن القلب في المتوسط بين ٢٥٠ : ٣٠٠ جرام.

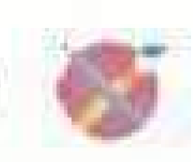
٥. تعتبر ممارسة الرياضة والابتعاد عن التوتر واتباع نظام غذائي من العادات

الصحية التي تحافظ على القلب.

٦. يعتبر الضحك من أهم الأسباب للحفاظ على صحة القلب.



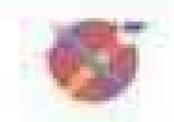


المسودة

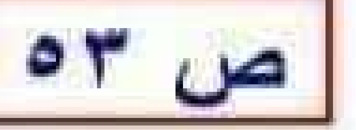
اتبع تعليمات المعلم، واكتب أفكارك في جمل كاملة.

الجملة الافتتاحية:

يُعد القلب واحدًا من أهم الأعضاء في الجسم.



الكتابة في أربع خطوات



اقرأ كل خطوة، واكتب شرحًا لكل خطوة بعد إجراء مناقشة الفصل ثم ضع علامة (✓) داخل المربع بعد الانتهاء من كل خطوة في الكتابة.

☐ التخطيط هو ممارسة العصف الذهني للأفكار، ويشمل التفكير، وتدوين الملاحظات، وتنظيم أفكارنا، كما يتضمن جمع المعلومات.

☐ المسودة هي ترتيب الأفكار في الجمل والفقرات للحفاظ على التنظيم الجيد للمعلومات للقارئ.

- [ ] المراجعة أن نراجع مسودتنا للتأكد من أنها واضحة وأن اللغة والتهجي والقواعد صحيحة.

- [ ] النشر سنكتب النُسخ النهائية المصححة . هذه هي النسخة التي سيقرأها الآخرون .

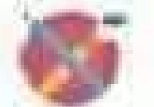
حقائق مهمة يجب معرفتها :

القلب عضوء عضلي يضخ الدم في جسم الأنسان فهو المسئول عن ضخ الدم المحمل بالأكسجين والمواد الغذائية وغيرها مما تحتاجه جميع خلايا الجسم، ويتكون قلب الإنسان من أربع حجرات مفصولة عن بعضها بحواجز وصمامات، والقلب هو المحرك الأساسي الذي يغذي أكثر من ٣٠٠ مليون خلية في جسم الإنسان، ويزن القلب في المتوسط بين ٢٥٠ : ٣٠٠ جرام ، وتعتبر ممارسة الرياضة والابتعاد عن التوتر واتباع نظام غذائي من العادات الصحية التي تحافظ على القلب .

الجملة الختامية :

يعتبر الضحك من أهم الأسباب للحفاظ على صحة القلب.






اتبع تعليمات المعلم، وضع علامة (√) داخل المربع بعد الحصول على مساعدة من زميلك لتعديل ما كتبته

✓	استخدمت علامات ترقيم صحيحة، وأضفت نقطة في آخر كل جملة.
✓	تأكدت من الاستخدام الصحيح لحروف العطف والضمائر وأدوات الاستفهام.
✓	صححت الأخطاء الإملائية الموجودة.
✓	عبرت عن أفكاري بجمل كاملة مكونة من أسماء وأفعال صحيحة.
✓	رتبت الجمل ترتيبًا منطقيًا.

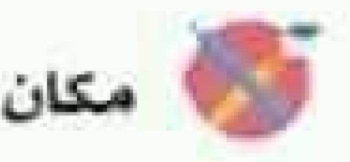
الدرس ١٠

ص ٥٧

أقيم نفسي

اقرأ كل عبارة . وفي كل صف ، لون نجوم المربع الذي يصف مجهودك .

	☆	☆☆	☆☆☆
المستوى الدراسي	☆ أستطيع تحديد ومشاركة معلومة عن الجلد، والعضلات، والهيكل العظمي، والمعدة والقلب، وأشاركها بمساعدة المعلم والزملاء.	☆☆ أستطيع تحديد ومشاركة معلومة عن الجلد، والعضلات والهيكل العظمي، والمعدة والقلب.	☆☆☆ أستطيع تحديد ومشاركة العديد من المعلومات عن الجلد، والعضلات، والهيكل العظمي، والمعدة والقلب.
جودة الأداء	☆ أستطيع كتابة جمل توضح ما أعرفه عن جسم الإنسان بمساعدة المعلم والزملاء.	☆☆ أستطيع كتابة جمل واضحة تعكس ما أعرفه عن جسم الإنسان.	☆☆☆ أستطيع كتابة جمل واضحة تعكس الفهم العميق عن أجزاء جسم الإنسان.
المهارات الحياتية	☆ أستطيع استخدام قائمة التحقق أثناء تعديل ما أكتبه بمساعدة أحد الزملاء.	☆☆ أستطيع استخدام قائمة التحقق بمفردي أثناء تعديل ما أكتبه مع أحد الزملاء.	☆☆☆ يمكنني استخدام قائمة التحقق بمفردي أثناء تعديل ما أكتبه مع أحد الزملاء، كما يمكنني إنشاء قوائم تحقق لنفسي لاستخدامها في المهام الأخرى.



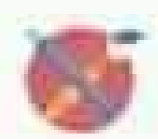
مكان صحي



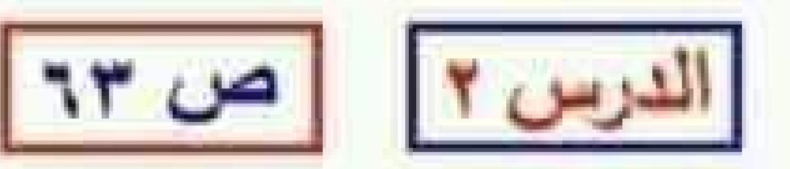
صِف شكل المكان الصحي الموجود في مدرستك، ارسم صورة، ثم ضع عنوانًا لصورتك.

محمد خلف

المقصف المدرسي









اقرأ القصة التالية. اذكر كيف تختلف أفكارك عن أفكار رشاد، وبعدها أجب عن الأسئلة قبل قراءة القصة.

اكتب ثلاثة أنواع ترغب في وجودها في المقصف.

فيشار	عصير	كشري

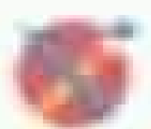
كان جميع التلاميذ في غرفة الأستاذ محمود متحمسين للذهاب إلى الفصل وعرض أفكارهم عن الطعام الذي يرغبون في وجوده بالمقصف. تحدث رشاد وزينة عن اقتراحاتهما قبل بدء الدرس، وتفاجأ بأن أفكارهما مختلفة تمامًا.

بدأت زينة في عرض قائمتها، وقالت: "الأنواع الثلاثة التي أرغب في وجودها بالمقصف هي الفشار، والعصير الطازج، والتفاح."

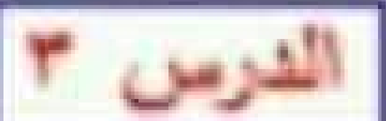
أطعمة غير صحية	أطعمة صحية















اقرأ التعريفات التالية. اكتب عن نظامك الغذائي [illegible]

النظام الغذائي يشير إلى نوع الطعام الذي يتناوله الشخص بانتظام

ويتضمن أنواع المأكولات التي يتناولها الشخص وكميتها.

١. ما نظامك الغذائي؟ اكتب قائمة بالطعام الذي تناولته بالأمس حسب نظامك الغذائي

وجبة الإفطار	وجبة الغداء	وجبة العشاء	الوجبات الخفيفة
- جبن - لبن - خبز	أرز - دجاج فاصوليا سلطة خضراوات	فول - خبز بيض جبن	كيك عصير مانجو

العنصر الغذائي يشير إلى مكون غذائي يمد الجسم بالطاقة. كما أنه ضروري للنمو الصحي.

٢. فكر في نظامك الغذائي بناءً على القائمة التي وضعتها، اذكر الطعام الذي يمدك بالعناصر الغذائية التي تساعد جسمك على النمو الصحي.

اللبن - البيض - الدجاج - سلطة الخضراوات - الخبز

المانجو - الفول - الفاصوليا

أنا خبير

ص ٦٨

ابحث مع زملائك في مجموعة الخبراء عن إجابات الأسئلة التالية. فكّر في أكبر عدد من أنواع الطعام الموجود بها هذه العناصر الغذائية.

العنصر الغذائي الذي اخترته هو (ضع دائرة حول عنصر واحد) كربوهيدرات معدن بروتينات

بروتينات

١. اشرح العنصر الغذائي الذي اخترته

البروتينات هي وحدة البناء الرئيسية للعضلات وتدخل في تركيب خلايا الجسم.

٢. كيف تستفيد أجسامنا من العنصر الغذائي الذي اخترته؟

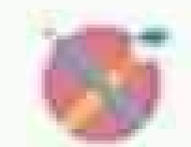
يقوم البروتين ببناء أنسجة الجسم ويعطي العظام قوتها ومرونتها.

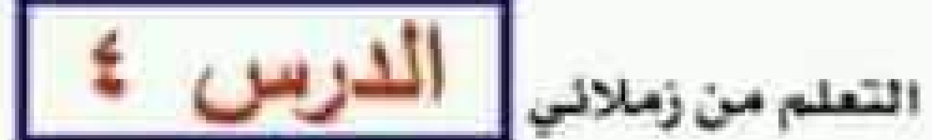
٣. ما الطعام الذي يحتوي على العنصر الغذائي الذي اخترته؟

الحليب - البيض

اللحوم - الدجاج - الأسماك







التعلم من زملائي

ص ٦٩

اكتشف معلومات عن عنصرين غذائيين لم تبحث عنهما، ثم سجّل ما تعلمته.

اسم العنصر الغذائي	وصف العنصر الغذائي	كيف يساعد جسمك؟	ما أنواع الأطعمة التي تحتوي على هذا العنصر الغذائي؟
كربوهيدرات	تعد الكربوهيدرات أحد مصادر الطاقة الرئيسية للجسم وتتكون بشكل أساسي من السكريات والنشويات	تزود الجسم بالطاقة اللازمة لكل النشاطات.	سكر الطعام ومنتجات الألبان والفواكة والعصير والمكرونة والأرز

اسم العنصر الغذائي	وصف العنصر الغذائي	كيف يساعد جسمك؟	ما أنواع الأطعمة التي تحتوي على هذا العنصر الغذائي؟
الدهون	الدهون هي مصدر للعديد من الفيتامينات	تدخل في بناء الخلايا وحماية أعضاء الجسم الداخلية	منتجات الحليب والألبان والأجبان والزبد والسمن

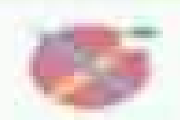
المعادن: مواد يحتاجها الإنسان ليتمتع بصحة جيدة. فالمعادن تساعد على بناء عظام وأسنان قوية.

كالسيوم

زنك

بوتاسيوم

فوسفور



لعبة البحث عن العناصر الغذائية

سيعطيك المعلم بطاقة بها اسم نوع واحد من أنواع الطعام، وعليك المشاركة في لعبة البحث لاكتشاف أنواع العناصر الغذائية الموجودة في هذا الطعام.







التأثير	السبب
التأثير يعرض القلب للأمراض ويمكن أين يلحق به الضرر مع مرور الوقت	السبب يمكن أن يؤثر تناول كميات كبيرة من السكريات في القلب.
التأثير تناول السكريات بشكل مفرط يجعلك قلقا وعصبيا	السبب يمكن أن يؤثر تناول كميات كبيرة من السكريات في الحالة المزاجية.
التأثير يضر الأسنان ويصيبها بالتسويس	السبب يمكن أن يؤثر تناول كميات كبيرة من السكريات في الأسنان.
التأثير يؤدي إلى زيادة غير صحية في وزن الجسم	السبب يمكن أن يؤثر تناول كميات من السكريات أكبر من التي يحتاجها الجسم للحصول على الطاقة.



تناول وجبة خفيفة

اقرأ القصة، ثم ضع دائرة حول الحقائق المهمة المذكورة في القصة.

تتحدث ياسمين مع والدتها في المطبخ وهي تأكل وجبة خفيفة بعد اللعب مع أصدقائها في الخارج.

قالت ياسمين: "يا أمي، شكرًا لك على إعداد وجبة خفيفة لي، فأنا جائعة جدًا."

استدارت الأم من أمام الموقد لتتحدث مع ياسمين وقالت: "من الضروري أن يحصل جسمك على الطاقة مجددًا بعد اللعب. أعرف أنها واحدة من الوجبات الخفيفة المفضلة لديك."

أجابت ياسمين: "نعم، أحب تناول الفاكهة المجففة التي نحضرها سويًا. وأعلم أنها صحية ومفيدة لأننا أعددناها بأنفسنا." وأضافت قائلة وهي تأكل التين المجفف: "عندما تجفف التين في الشمس، يفقد الماء الذي بداخله ولكنه يحتفظ بالعناصر الغذائية التي نحتاجها."

محمد خلف

أرى – أفكر – أتساءل

أرى...

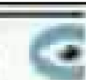
أري علبة مربي وعلبة طحينة مكتوب علي كل منهما المكونات وتاريخ الصلاحية والمعلومات الغذائية وكيفية حساب القيم الغذائية لهما

أفكر في...

افكر في العناصر الغذائية الموجودة في علبة المربي وايضا علبة الطحينة وأيضا افكر في كيفية حساب السعرات الحرارية الموجودة في علبة الطحينة والمربي ومكوناتها وهل هيه منتجات طبيعية ام مصنوعة

أتساءل...

أتساءل عن أشياء ومكونات لا اعرفها وايضا أتساءل عن الجرام وما المقصود بالسعرات الحرارية وما فائدتها



قراءة المعلومات الغذائية

انظر إلى المخطط، واقرأ المعلومات الغذائية المذكورة على الملصق.

١. ابدأ من هنا

كمية حصة الفرد. قارن بين هذه الكمية والكمية التي تتناولها

٢. التحقق من السعرات الحرارية

٣. دليل النسبة المئوية للقيمة الغذائية اليومية

٥٪ أو أقل نسبة منخفضة

٢٠٪ أو أكثر نسبة عالية

٤. الحد من تناول تلك العناصر الغذائية

٥. الحصول على كمية كافية من تلك العناصر الغذائية

المعلومات الغذائية

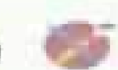
لكل شريحة (٢٥ جرامًا)

الكمية	٪ القيمة الغذائية اليومية
٨٥ سعرًا حراريًا	
دهون ١ جرام	٢٪
٠.٠ جم من الدهون المشبعة	٣٪
٠ جم من الدهون المتحولة	
كوليسترول ٠ ملجم	٠٪
صوديوم ١٥٠ ملجم	٦٪
كربوهيدرات ١٥ جم	٥٪
ألياف ٣ جم	١٣٪
سكريات ٣ جم	
بروتين ٣ جم	

فيتامين أ ٠٪	فيتامين سي ٠٪
كالسيوم ٦٪	حديد ١٠٪

ماذا تستنتج من هذا الملصق عن مدى الفائدة التي تحصل عليها من هذا الطعام؟

نستنتج القيمة الغذائية للعناصر الموجودة في المنتج ومعرفة الطاقة التي سوف نحصل عليها



إجراء مقارنة بين منتجات مختلفة لحبوب الإفطار

انظر إلى العناصر الغذائية الملصقة على علب الحبوب الثلاث. اكتب كمية العناصر الغذائية في المخطط [illegible]
الأسئلة.

منتج حبوب الإفطار أ

المعلومات الغذائية	
كمية حصة الفرد	[illegible]
السعرات الحرارية	[illegible]
مجموع الدهون ١ جم	
صوديوم [illegible] ملجم	
مجموع السكريات ١٤ جم	
بروتين ١ جم	
فيتامين د	[illegible]
حديد	[illegible]
فيتامين أ	[illegible]
فيتامين ب ٦	[illegible]
فيتامين ب ١٢	[illegible]
ماغنسيوم	[illegible]
زنك	[illegible]

منتج حبوب الإفطار ب

المعلومات الغذائية	
كمية حصة الفرد	[illegible]
السعرات الحرارية	[illegible]
مجموع الدهون ١ جم	
صوديوم [illegible] ملجم	
مجموع السكريات ٨ جم	
بروتين ٤ جم	
فيتامين د	[illegible]
حديد	[illegible]
فيتامين أ	[illegible]
فيتامين ب ٦	[illegible]
فيتامين ب ١٢	[illegible]
ماغنسيوم	[illegible]
زنك	[illegible]

منتج حبوب الإفطار ج

المعلومات الغذائية	
كمية حصة الفرد	[illegible]
السعرات الحرارية	[illegible]
مجموع الدهون ٣ جم	
صوديوم [illegible] ملجم	
مجموع السكريات ١ جم	
بروتين ٤ جم	
فيتامين د	[illegible]
حديد	[illegible]
فيتامين أ	[illegible]
فيتامين ب ٦	[illegible]
فيتامين ب ١٢	[illegible]
ماغنسيوم	[illegible]
زنك	[illegible]

حبوب الإفطار	مجموع الدهون	مجموع السكريات	بروتين
منتج حبوب الإفطار أ	١ جم	١٤ جم	١ جم
منتج حبوب الإفطار ب	١ جم	٨ جم	٤ جم
منتج حبوب الإفطار ج	٣ جم	١ جم	٤ جم

١. ما المنتج الذي يحتوي على أقل عناصر غذائية مفيدة وصحية؟ منتج حبوب الإفطار أ

ما دليلك على ذلك؟

لأن القيم الغذائية الموجودة في منتج حبوب الإفطار أ كالدهون والبروتين والفيتامينات أقل من المنتجين الأخربين وايضا نسبة الصوديوم والسكريات مرتفعة جدا وهذا يضر بالصحة

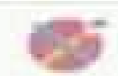
٢. ما المنتج الذي يحتوي على أعلى عناصر غذائية مفيدة وصحية؟ منتج حبوب الإفطار ب

ما دليلك على ذلك؟

لأن القيم الغذائية الموجودة في منتج حبوب الإفطار ب كالبروتين والفيتامينات أكبر من المنتجين الأخربين

٣. كيف يساعدك ملصق العناصر الغذائية على تحديد النوع الصحي من منتجات حبوب الإفطار؟

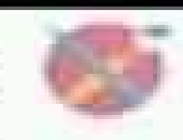
ملصق العناصر الغذائية يساعدني في تحديد أيهما أفضل وأكثر صحه عن الآخر في منتجات حبوب الإفطار



سجل المعلومات والآراء

اكتب في العمود الأول حقيقة مهمة لكل فقرة في النص. وفي العمود الثاني: اكتب رأيك عن المعلومات التي دونتها.

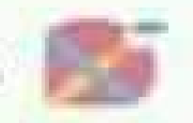
هذه المعلومات مهمة	رأيي...
ما أهمية الماء لجسم الإنسان؟	
يحافظ على تنظيم درجة حرارة الجسم بشكل صحيح. يساعد المفاصل على تأدية وظائفها بأفضل شكل. يساعد على سلامة العظام. يخلص الجسم من السموم والفضلات.	يساهم في المحافظة على درجة حرارة الجسم يساعد على هضم الطعام بشكل أكثر فعالية يؤثر في النشاط البدني والذهني للشخص
لماذا نحتاج إلى شرب الماء؟	
يفقد جسمك كل يوم كميات كبيرة من الماء في صورة عرق وبول. ويفقد جسمك الماء على مدار اليوم أثناء التنفس. فإذا فقدت كمية كبيرة من الماء دون تعويضها، فستصاب بالجفاف.	تساعدك على تتخلص من السموم - تزود جسمك بالطاقة - تحافظ على درجة حرارة الجسم - تساعدك على التقليل من وزنك - تحافظ على نضارة بشرتك
هل تناولك أي مشروب سيحافظ على رطوبة جسمك؟	
يعتبر الماء العنصر الاساسي للترطيب ومن الضروري الحصول علي كمية كافية منه	يتمّ ترطيب الجسم من خلال الحصول على الكمية الكافية من الماء لأداء وظائفه بشكل سليم، ومن المعروف أنّ الماء هو أفضل وسائل ترطيب الجسم الطبيعية



توضيح اهمية شرب الماء للاخرين

حدد طريقة لعرض اهمية شرب المياه والتي قد تكون في شكل تصميم اعلان او تأليف اغنية عن الماء. وسجل افكارك على المخطط، ثم اختر طريقة واحدة لتنفيذها.

ما الذي ستشاركه؟	كيف ستشاركه؟
سأشارك أهمية شرب الماء للجسم وفوانده للحفاظ علي جسم الانسان	عن طريق تصميم اعلان عن اهمية شرب الماء لجسم الإنسان





شرب الماء مهم لجسم الإنسان


أكمل فكرتك النهائية في أسفل الصفحة، واستخدم كلمات وصورًا تعبر عن رسالتك.

أبرز فوائد الماء للجسم:

1

يرطّب اللعاب الذي يسهل عملية بلع الطعام وسهولته.

2

يحافظ على درجة حرارة الجسم في الحر والبرد.

3

يسهل عملية الهضم والتخلص من السموم في الجسم، من خلال إدرار البول والعرق.





4

يساعد بزيادة النشاط الذهني في الدماغ، ويحسّن عملية التركيز، ويحفز الدورة الدموية، ويمنح الخلايا الأكسجين لمساعدتها في النمو.

5

يعمل على ترطيب الجلد ويمنحه النعومة اللازمة لمقاومة التشققات والجفاف.

6

يساعد بامتصاص المعادن والفيتامينات ونقل المواد الغذائية التي تدخل من الفم وتتوزع على أعضاء الجسم كافة والتخلص من البراز.

نصيحة: تناولي كميات معتدلة من الماء يوميًا، تتراوح بين لتر ونصف اللتر، واللترين منه.



الحفاظ على الطعام باردًا

اقرأ النص، وضع دائرة حول الكلمات التي لا تعرفها:



تعد الثلاجات نوعًا من أنواع المبردات التي تُستخدم لحفظ الطعام بداخلها، وتعمل بالكهرباء، للحفاظ على برودتها الداخلية؛ مما يساعد على حفظ الطعام لمدة أطول. ومنذ آلاف السنين وقبل اكتشاف الكهرباء، اكتشف القدماء طرق أخرى لحفظ الطعام باردًا.



يتكون الزير من وعائين من الفخار، ويوضع بينهما الرمل والماء، ويُوضع الوعاءان داخل بعضهما البعض، ويملأ المساحة الفارغة بينهما بالرمل، ثم يُسكب الماء على الرمل، وتنخفض درجة حرارة الزير كلما تبخر الماء الموجود في الرمل؛ مما يؤدي إلى انخفاض درجة حرارة المساحة الداخلية للوعاء، وتبريده فيحافظ على الطعام بداخله.



يُفضل وضع الزير في الظل ليعمل بكفاءة أكبر حيث أن الشمس ترفع درجة حرارته بسرعة. كما أنه يعمل بشكل أفضل في مكان به هواء طلق لأن تيارات الهواء تساعد في تبخر الماء بسرعة. ويمكن الاستفادة به في المناطق ذات المناخ الجاف.

أفكاري

ارسم فكرتين لوعاءين مختلفين يمكنك عملهما لاستخدامهما في الحفاظ على الطعام باردًا في مقصف المدرسة.

الفكرة الأولى



نقوم بإحضار كولمان مياه
ونضع به قطع من الثلج
ونضع الطعام بعد تغليفه في
كولمان المياه

الفكرة الثانية



علبة بلاستيك ويتم
تغليفها بورق
الألومنيوم ونضع
بداخلها قطع من
الثلج ثم نضع الطعام



خطة الفريق

شارك أفكارك مع فريقك. ثم ادمج الأفكار أو اختر فكرة واحدة لتحسينها. ارسم تصميمًا لوعاء حفظ الطعام والأدوات التي سيختارها فريقك. ثم ضع اسمًا لكل جزء من أجزاء رسمتك بالأدوات التي ستستخدمها.

التصميم النهائي

تبادل التغذية الراجعة

استخدم استراتيجية الإشارات الملونة مع فريق آخر لتبادل التغذية الراجعة عن التصميم الذي رسمته. ضع دائرة حول التغذية الراجعة التي ستستخدمها.

اللون الأحمر:

ما اقتراحاتك لتحسين رسمة الوعاء؟

نحتاج الي وعاء أعمق في حالة كثرة الأطعمة

اللون الأصفر:

ما الجزء الذي بدا محيرًا في رسمة الوعاء؟

غطاء الوعاء

اللون الأخضر:

ما الجزء الذي حقق هدف الحفاظ على الطعام باردًا في التصميم الذي رسمته؟

ورق الالومنيوم وقطع الثلج



نتائج الاختبار

[illegible]	[illegible]
ورق الألومنيوم	
صندوق بلاستيك	
أكياس بلاستيك	
صندوق خشب	
قطعة قماش	
القش المبلل	



[illegible]

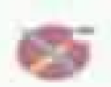
ورق الألومنيوم لأنه احتفظ بالثلج أطول فترة

[illegible]

القش المبلل لأنه احتفظ بالثلج اقل فترة

[illegible]

ورق الألومنيوم وصندوق بلاستيك واكياس بلاستيك



محمد خلف

خطة إنشاء مقصف المدرسة

ابتكر خطة التصميم والعرض التقديمي للمجموعة في الفراغات التالية:

العنصر المطلوب وجوده في المقصف

الطعام ووعاء لحفظ الأطعمة باردة

خطة التصميم

علبة بلاستيك ويتم تغليفها بورق الألومنيوم مع كيس بلاستيك مغلف به قطع من الثلج وحوله قش مبل بالماء ثم نضع الطعام في المنتصف للحفاظ عليه باردا

العرض التقديمي

(تأكد من التحدث عن الطريقة التي يمكن أن يحسن بها هذا العنصر الحياة الصحية وشرح خطة التصميم، ثم ناقش رأي المجموعات الأخرى في كيفية عمل هذا العنصر)

اهمية شرب الماء لجسم الانسان

اهمية صنع وعاء ليحفظ لنا الأطعمة والماء وخطة تصميم الوعاء



محتوى متعدد التخصصات

محمد خلف

العالم من حولي

(الاهتمام بعالمنا)

الفصل الأول: آثار التغيّرات البيئية



اعرف وتساءل وتعلم

سجّل ما تعرفه عن البيئات الطبيعية، ثم سجّل تساؤلاتك. اترك العمود "تعلّم" فارغًا لتستكمله في نهاية هذا الفصل.

البيئات الطبيعية		
اعرف	تساءل	تعلّم
البيئة الطبيعية تشمل جميع الكائنات الحية، والعناصر غير الحية، التي توجد على كوكب الأرض بشكل طبيعي مثل جميع النباتات والحيوانات والكائنات الدقيقة، والتربة والصخور والغلاف الجوي والظواهر الطبيعية	هل الماء يوجد في جميع البيئات ؟ هل الحيوانات والنباتات توجد في جميع البيئات ؟ ما هي أنواع البيئات الطبيعية ؟	



بيئتي المحلية

ارسم صورة تفصيلية لإحدى البيئات المحلية، ثم اذكر أسماء ٨ عناصر على الأقل في الصورة، على أن يكون من بينها نباتات، وحيوانات، وعناصر جماد موجودة في البيئة الطبيعية.



أكمل الجملة لتوضح كيف يحصل الكائن الحي على واحد من احتياجاته الأساسية.

يلبي الحيوان احتياجه لـ الطعام من خلال تناول الحشائش الموجودة على الأرض



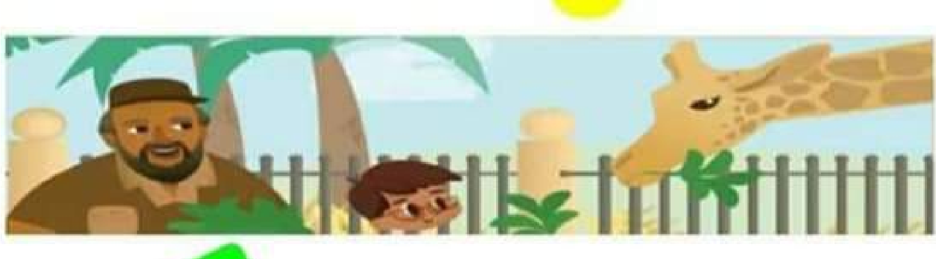
وظيفة الحارس في حديقة الحيوان

اقرأ القصة الآتية، ثم اجب عن السؤال التالي من خلال ما تعلمته عن الاحتياجات الأساسية والبيئات الطبيعية

ذهب رشاد مع عائلته في رحلة إلى حديقة الحيوان بالجيزة، وكان متحمسًا للقيام بهذه الرحلة.

قال رشاد: "لا يسعني الانتظار لرؤية كل الحيوانات. أعتقد أنني أريد أن أصبح حارسًا في حديقة حيوانات عندما أكبر." ردت باسمة متعة، لكنني أعتقد أنها وظيفة سهلة للغاية. فكل ما يجب أن يعرفه الحارس هو أنواع الغذاء المناسب للحيوانات المختلفة." أجاب رشـ بل يجب عليه التأكد من أن المكان ملائم لتعيش فيه الحيوانات لأن المأوى والمساحة الكافية من الأشياء المهمة التي تحتاجها الحيـ

سمعت والدتهما الحوار الذي دار بينهما فقالت: "لنسأل أحد حراس حديقة الحيوانات عندما تصل إليها. أعتقد أنه يجب على حارس يعرف كيف يجهز البيئة المناسبة لكل حيوان، وعليه أن يقدم للحيوانات الطعام المناسب لها، كما يتحمل المزيد من المسئوليات أيـ الحيوانات مهمة."





مع من تتفق من شخصيات القصة؟ اذكر السبب.

اتفق مع الأم لان حارس حديقة الحيوان يعرف كيف يجهز البيئة المناسبة لكل الحيوانات



المفردات: الكائنات الحية



املأ مخطط الأفكار وسجل ما تعلمته عن الكلمة الجديدة.

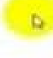
التعريف	الأمثلة (مكتوبة أو مرسومة)
الكائنات الحية هي كائنات لديها قدرة علي التنفس والنمو والتكاثر .. وتحتاج الي الماء والهواء والغذاء مثل النباتات والحيوانات الكائن الحي هو جميع ما خلقه الله سبحانه وتعالى على كوكب الارض سواء كانت هذه المخلوقات حيوانية أو نباتية أو جراثيم	

أدخلها في جملة

الكائن الحي هو جميع ما خلقه الله سبحانه وتعالى على كوكب الارض

ملاحظات (مفاتيح للتذكر ومرادفات وغير ذلك)

- كائن حي





البيئات الطبيعية

اقرأ عن البيئة الطبيعية التي حددها لك المعلم، وسجّل ما تعلّمته في الصفحة التالية.

توجد البيئة الطبيعية في أي مكان تسافر إليه حول العالم، وتتميز البيئات الطبيعية في الأماكن المختلفة بتنوع أحوال الطقس، والنباتات، والحيوانات والأراضي فيها. اقرأ ما يلي لتعرف المزيد عن البيئات الطبيعية حول العالم.



البيئات القطبية

توجد البيئة القطبية بالقرب من القطبين الشمالي والجنوبي، وتتميز بالبرودة وشدة الرياح. يمكن أن تعيش بعض النباتات في المناطق الباردة وشديدة الرياح، مثل الشجيرات القصيرة التي تنمو بالقرب من الأرض والطحالب التي تنمو على الصخور. كما يمكن أن يعيش أسد البحر وبعض الحيتان في المياه الباردة في المناطق القطبية. يغطي الثلج أجزاء كبيرة من البيئة القطبية. وتعيش الدببة القطبية، والثعالب القطبية، والبطاريق على الأرض. وتسير البطاريق وتتجمع وتنام على الثلوج، وتسبح في المياه بحثًا عن الطعام.



الغابات المطيرة

تمتلئ الغابات المطيرة بالأشجار وغيرها من النباتات وتهطل الأمطار فيها كل يوم تقريبًا. توجد الغابات المطيرة بالقرب من خط الاستواء، في الأماكن الحارة. وتعيش فيها البرمائيات، مثل الضفادع التي تحتاج إلى ترطيب جلدها وتعتمد العديد من الحيوانات التي تعيش في الغابات المطيرة على الأشجار للبقاء على قيد الحياة. تعيش الببغاوات والقرود على الأشجار. أما الثعابين الكبيرة فتزحف في الغابات المطيرة المظلمة، والحارة، والرطبة. وتمنع الأشجار الطويلة في تلك الغابات المطيرة معظم أشعة الشمس من الوصول إلى الأرض. ولذلك تتميز النباتات التي تنمو على الأرض بالأوراق الكبيرة التي تساعد على امتصاص الضوء.



البحث عن البيئات الطبيعية

سجّل ما تعلّمته عن البيئة الطبيعية المحددة في مخطط الأفكار.



أعشاب طويلة وشجيرات وحيوانات مثل الطيور والكلاب والأرانب البرية والاسود والفهود

الارض والرمال

المراعي الطبيعية

تتميز بمناخها الجاف كما تتميز المراعي الطبيعية الاستوائية بالطقس الحار طوال العام بينما المراعي الطبيعية المعتدلة بالدفء صيفًا والبرودة شتاءً



محمد خلف

المقارنة بين البيئات الطبيعية ١

تعاون مع زميلك للمقارنة بين اثنتين من البيئات الطبيعية المحددة لك باستخدام مخطط من التالي.

البيئات القطبية

تتميز بالبرودة وشدة الرياح

يوجد بهما كائنات حية

المراعي الطبيعية

تتميز بمناخها الجاف وشدة الحرارة

محمد خلف

المقارنة بين البيئات الطبيعية ٢

اكتب ٤ جمل تقارن فيها بين اثنتين من البيئات الطبيعية لتخبر الآخرين بما اكتشفته.

١. توجد البيئة القطبية بالقرب من القطبين الشمالي والجنوبي،

٢ - البيئة القطبية تتميز بالبرودة وشدة الرياح.

٣- المراعي الطبيعية هي مساحات مسطحة تتميز بمناخها الجاف.

٤ - تتميز المراعي الطبيعية الاستوائية بالطقس الحار، بينما طقس المراعي الطبيعية المعتدلة بالدفء صيفا والبرودة شتاء



اين اعيش؟

اكمل الجدول بكتابة اسم الحيوان امام البيئة الطبيعية التي يعيش فيها.

الحيوان	البيئة الطبيعية	الدليل
القرود والثعابين	غابات استوائية	القرود والثعابين تعيش علي الاشجار في الغابات بالقرب من خط الاسواء في الأماكن الحارة
الثعالب القطبية	بيئة قطبية	الثعالب القطبية توجد في البيئة القطبية بالقرب من القطبين الشمالي والجنوبي التي تتميز بالبرودة
الأسود والفهود	مراع طبيعية	الأسود والفهود تعيش في بينة حارة وتتغذي علي الحيوانات التي تصطادها
السلاحف	أرض رطبة	تتواجد في بينات الأراضي الرطبة على المياه والأرض



احتياجات الكائنات الحية

ضع خطًا تحت الأمثلة التي توضح طرق استفادة النباتات والحيوانات من الأشياء المحيطة في البيئة الطبيعية.

تحتاج الحيوانات إلى الطعام، والماء، والمأوى لتعيش. وتحصل على هذه الأشياء من بيئتها الطبيعية. تتجول الحيوانات في البيئة المحيطة بحثًا عن الطعام، والماء، والمأوى. يستطيع العديد من الطيور والحشرات الطيران. تستطيع حيوانات، مثل الغزلان والأسود والأرانب، أن تسير أو تجري أو تقفز. تستطيع السناجب والقرود أن تتسلق الأشجار.

الطعام

تحصل الحيوانات على الطعام بطرق كثيرة. تطارد الأسود الحيوانات الأخرى وتصطادها كغذاء. تأكل الأرانب النباتات. تأكل حيوانات الراكون والنسور الحيوانات الميتة التي تعثر عليها.

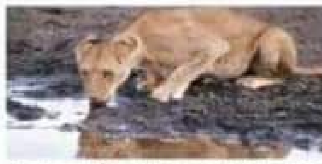




تتخذ الأرانب من الجحور مأوى لها في بيئاتها الطبيعية.

المأوى

تتبع الحيوانات طرقًا مختلفة عند تأمين مأوى لها، فتبني بعض الطيور الأعشاش على الأشجار، وتحفر حيوانات الخلد والأرانب الحُفَر أو الجحور في الأرض. ويمكن للسناجب والبوم استخدام الفتحات الموجودة في الأشجار. كما يمكن لحيوانات مثل السلمون، والسلاحف والضفادع الاختباء تحت الصخور.



تتخذ بعض الكائنات من البرك مصدرًا للحصول على المياه.

الماء

تتبع الحيوانات طرقًا مختلفة للحصول على الماء أيضًا، فيشرب بعضها الماء من الأحواض أو الجداول أو حتى البرك. وتشرب الأخرى الماء، الذي يتجمع على أوراق النباتات بعد سقوط الأمطار. وتعيش بعض الحيوانات في الماء؛ لهذا فهي محاطة بالمياه طوال الوقت.





تهاجر بعض الكائنات الحية إلى بيئات طبيعية جديدة أثناء تغيّر الفصول.

عندما تجد بعض الحيوانات صعوبة في الحصول على الماء، أو الطعام أو المأوى، فإنها تهاجر إلى بيئات طبيعية أخرى. ففي أفريقيا، يمكن للحمار الوحشي والفيلة السير أميالًا كثيرة بحثًا عن الماء. وتطير الفراشات الملكية نحو الجنوب في الشتاء، حيث تبحث عن مكان يكون الطقس فيه أكثر دفئًا ويتوافر فيه المزيد من الطعام.

ملاءمة البيئات الطبيعية

اختر مصدرًا يتضمن معلومات عن بيئة المحيطات للقراءة عنها. اكتب عن حيوان تناسبه بيئة المحيطات وآخر لا يستطيع العيش فيها. استعن بدليل من القراءة لتدعم إجابتك.



سمكة القرش : ______ يمكن أن يعيش في المحيطات.

إلى أي مدى يلبي المحيط احتياجاته؟

- بيئة المحيطات هي البيئة المناسبة لسمكة القرش لأنها تلبي جميع احتياجاتها من طعام



السلاحف البرية ______ لا يمكن أن يعيش في المحيطات.

ما الاحتياجات غير المتوفرة؟

- السّلاحف البريّة حيوانات تنتمي إلى فصيلة من الزّواحف، لها أقدام ذات أصابع مُخصّصة للسّير على الأرض اليابسة وليس السّباحة في الماء، وهي تمتاز بأنّ لها صدفةً قويّةً تحميها من الأخطار والحيوانات المُفترسة



التغييرات البيئية

استخدم قلم تلوين لوضع خط تحت السبب واستخدم قلمًا بلون مختلف لوضع خط تحت تأثيرات التغييرات البيئية.



يمكن أن تؤثر الكوارث الطبيعية والأشياء غير الحية في قدرة الكائنات الحية على الحصول على احتياجاتها من البيئة.



الجفاف

عندما تتوقف الأمطار عن الهطول لفترة طويلة، تصبح الأرض جافة وتظهر بها تشققات. ويمكن أن تجف الأحواض الصغيرة، والأنهار، والبحيرات. ولا تستطيع النباتات الحياة دون الحصول على ما يكفي من المياه، وقد تضطر الحيوانات إلى الهجرة بحثًا عن المياه.



الحرائق

يمكن أن تشتعل الحرائق في الغابات عندما يضرب البرق الأرض والأعشاب الجافة. وتبدأ الحرائق أيضًا بسبب عدم سيطرة الانسان على النيران التي قد يُشعلها. ويمكن أن تدمر حرائق الغابات البيئات الطبيعية للعديد من النباتات والحيوانات؛ لذلك تضطر الحيوانات إلى مغادرة بيئتها الطبيعية للحفاظ على حياتها. يتسبب الدخان الناتج عن الحرائق في تلوث الهواء. وبالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تساعد الحرائق في التخلص من بقايا الأوراق والأغصان المنتشرة في أرض الغابة؛ مما يسمح بنفاذ العناصر الغذائية المهمة إلى التربة.



الفيضان

يحدث الفيضان نتيجة للأمطار الغزيرة والتي تستمر فترات زمنية كبيرة، بحيث تزيد كمية الماء عن تلك التي يمكن للتربة الاحتفاظ بها. ويمكن أن تجرف الفيضانات التربة والنباتات، وتضطر الحيوانات التي لا تستطيع العيش في الماء إلى الهجرة من منطقة الفيضان. يمكن أيضًا أن تجلب الفيضانات البذور والعناصر المغذية إلى الأرض.



التلوث

يمكن أن يحدث التلوث نتيجة لظواهر طبيعية مثل البراكين، كما يمكن أن يتسبب الإنسان في حدوث التلوث بإلقاء القمامة أو التخلص من المواد الكيميائية في المجاري المائية واستخدام الآلات التي تلوث الهواء، وترك النفايات على الأرض. ويمكن أن يدمر تلوث الهواء والماء والأرض البيئات الطبيعية، ويضر الحياة البرية.



دور النباتات والحيوانات في التغير البيئي

لاحظ الصور وفكر في الطرق التي قد يستخدمها كل كائن حي في إفادة البيئة أو الإضرار بها.



ماعز ترعى في المراعي



ياسنت الماء (ورد النيل) على سطح النيل

مفيد أم ضار؟

لاحظ الصورة واقرأ التغيير المذكور في كل صف. حدد إذا كان التغيير مفيدًا أو ضارًا بالبيئة، بوضع دائرة حول مفيد أو ضار، في عمود التأثير، اشرح تأثير هذا التغيير في البيئة.

التغيير	التأثير
الشركة تبني مساكن جديدة على مساحات واسعة من الأرض الزراعية.	مفيد / ضار (ضار مُحاط بدائرة) **يؤثر علي مساحة الاراضي الزراعية**
منصات البترول تسرب كميات من البترول في مياه البحر الأحمر.	مفيد / ضار (ضار مُحاط بدائرة) **يؤثر علي الكائنات الحية الموجودة في المياه**
فيضان يغطي أرضًا زراعية.	مفيد / ضار (ضار مُحاط بدائرة) **يؤثر علي المحاصيل الزراعية الموجودة عليها**
انفجار بركان والرماد يسقط على الأرض.	مفيد / ضار (ضار مُحاط بدائرة) **تدهور الأراضي الزراعية**
واحة تفقد المياه بسبب الجفاف.	مفيد / ضار (ضار مُحاط بدائرة) **يدمر المحاصيل و الاراضي الزراعية و يخفض أعداد الثروة الحيوانية والأسماك**





البحث

ابحث عن كيفية تأثير أحد الكائنات الحية الآتية في البيئة سواء بالنفع أو الإضرار بها.











سناجب تخفي البندق المتساقط من الأشجار.

حيوانات الكنغر تأكل في المراعي.

تأكل أسماك رأس الأفعى غيرها من الأسماك والحشرات.

سلطعون يعيش في المياه العذبة يتغذى على براعم النباتات.

الكائن الحي الذي اخترته: حيوان الكنغر







الطرق التي يؤثر بها في البيئة بالنفع

الكنغر لا ينبعث منه غاز الميثان الذي يسبب الاحتباس الحراري وخلل في مناخ الجو في البيئة دونا عن باقي الحيوانات



الطرق التي يؤثر بها في البيئة بالضرر

يأكل المراعي فيأثر على الغطاء النباتي

عندما يأكل الكنغر النباتات هيقل الاكسجين

صورة الكائن الحي الذي اخترته





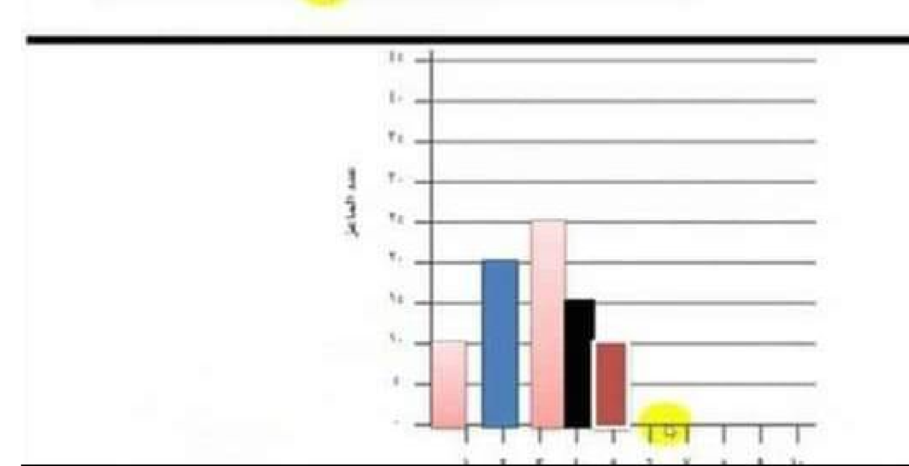
تكاثر الماعز

سجل بيانات نشاط المحاكاة وحللها.

محمد خلف

الأعوام (الحولات)	عدد الماعز في البداية	عدد الماعز في نهاية كل عام (حولة)
١	٥	١٠
٢	١٠	٢٠
٣	٢٠	٢٥
٤	٢٥	١٥
٥	١٥	١٠





١. ماذا حدث لعدد الماعز في نهاية كل عام (جولة) خلال هذا النشاط؟

ارتفع العدد في الجولة الأولي والثانية والثالثة ثم بدأ في التناقص في الجولات التالية

٢. مرّ الماعز خلال هذا النشاط ببعض الأعوام الجيدة عندما كان عدد الماعز كبيرًا. ماذا حدث في العام التالي مع بيان السبب؟

بدأ العدد يقل في العام التالي بسبب نقص الاحتياجات الاساسية من موارد البيئة

٣. مرّ الماعز خلال هذا النشاط ببعض الأعوام السيئة عندما كان عدد الماعز صغيرًا، ماذا حدث في العام التالي مع بيان السبب؟

في العام التالي قل عدد الماعز اكثر وهاجر إلي مكان آخر بحثا عن احتياجاته الاساسية من البيئة

٤. في رأيك، لماذا لم يظلّ عدد الماعز ثابتًا؟

بسبب نقص الاحتياجات الاساسية من موارد البيئة

٥. استنادًا إلى هذه التجربة، كيف يؤثر الجفاف أو الفيضان في الماعز في رأيك؟

الجفاف والفيضان يسبب نقص الطعام من عشب واحتياجات الماعز من موارد البيئة الاساسية التي تساعده علي الحياة والتكاثر

٦. لقد تعلمت أن نقص الاحتياجات الاساسية (الطعام ، الماء ، المأوي) من موارد البيئة يؤدي إلي نقص عدد الماعز







تصميم كتيب

اكمل المربعات لتصميم كتيب يحتوي على معلومات.

مشكلة تحتاج إلى حل

تلوث البيئة (تلوث الماء)

سبب المشكلة

إلقاء المخلفات الناتجة عن المصانع في المياه

إلقاء النفايات في المحيطات

تسرُّب النفط في المُسطحات المائية

تأثير المشكلة

إصابة جميع الكائنات الحية بأمراض معدية، ويزيد من عدد الوفيات للكائنات في البيئة

الإضرار بالثروة السمكية

حلول محتملة
(ما يمكننا القيام به؟)

معالجة مياه الصرف الصحي وعدم القائها في المياه

عدم إلقاء المخلفات والنفايات في المياه

التقليل من استخدام المبيدات الزراعية والأسمدة

مصدر المعلومات الأخرى

الانترنت

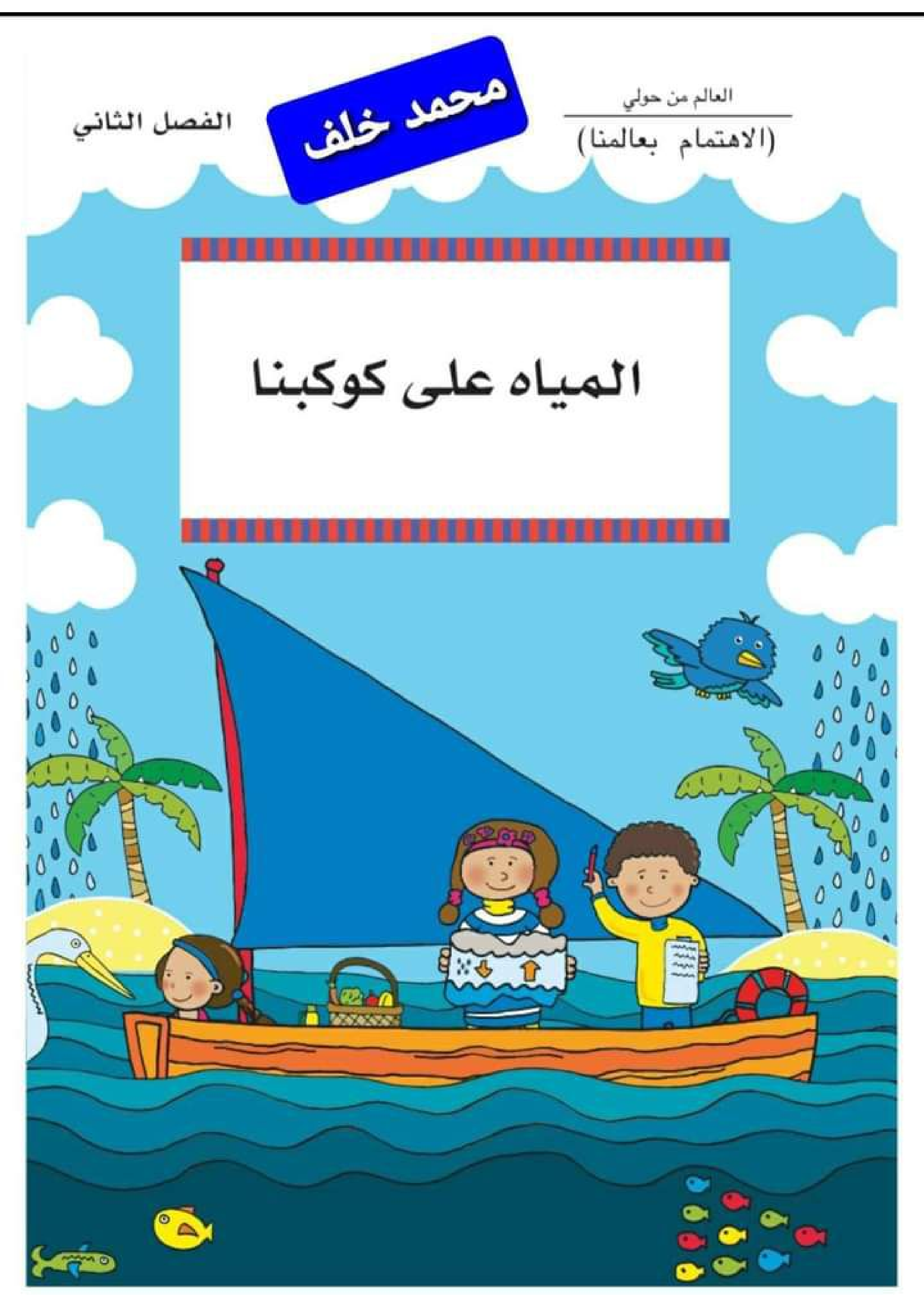
كتاب تلوث البيئة

الصف الثالث الابتدائي

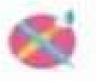


محمد خلف

الدرس 1 المحور الثاني الفصل الثاني



العالم من حولي
(الاهتمام بعالمنا)
محمد خلف
الفصل الثاني
المياه على كوكبنا





استخدم كل حرف في كلمة "المياه" لكتابة جمل توضح أهميتها.

ا الماء مهمّ لجسم الإنسان، لأنّه يحميه من الإصابة بكثير من الأمراض

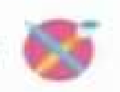
ل للماء دوراً رئيسياً في عملية الهضم، وامتصاص الغذاء

م من المهم أن ننظف أنفسنا وطعامنا بالماء

ي يساعد الماء في تنظيم درجة حرارة الجسم

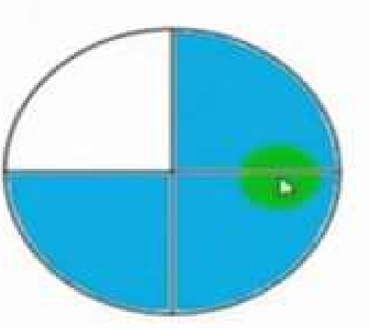
ا المياه ضرورية لتحضير الأطعمة المختلفة

ه المياه تساعد في المحافظة على نظافة المنازل



الموارد المائية في العالم

لوِّن ثلاثة أرباع الدائرة باللون الأزرق، ثم لوِّن كمية المياه الموجودة في كل وعاء وأنت تتابع عرض المعلم.





٤ لترات

الماء المالح

إجمالي كمية الماء

٢٥٠ مل
٢٠٠ مل
١٥٠ مل
١٠٠ مل
٥٠ مل

المياه المستخدمة

٢٥٠ مل
٢٠٠ مل
١٥٠ مل
١٠٠ مل

الماء في حالة متجمدة

٢٥٠ مل
٢٠٠ مل
١٥٠ مل
١٠٠ مل
٥٠ مل

الماء في حالة سائلة

٢٥٠ مل
٢٠٠ مل
١٥٠ مل

الماء العذب



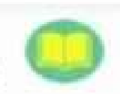
خطتي

اقترح ثلاث طرق لترشيد استهلاك المياه في المنزل.

١. استعمال المياه لفترات قصيرة بشكل متكرر بدلاً من جريانها لفترات، وتركيب مصفاة للصنبور، وتجنب استعمال المياه الجارية في إزالة تجميد الأطعمة، وتنظيف الصحون بشكل جافٍ ونقعها للتقليل من وقت استعمال المياه أثناء تنظيفها

٢. إصلاح التسريبات في جميع المواسير وأنابيب المياه الموجودة في المنزل

٣. التأكيد على ضرورة إغلاق صنابير المياه بعد الانتهاء من استخدامها. الاستفادة من الماء الزائد واستخدامه بطريقة ذكية، مثل سقايةِ العشب والنباتات في حديقة المنزل



رشاد وزينة في زيارة للمتحف

اقرأ القصة وضع خطًا تحت الحقائق المهمة عن الواحات، ثم ضع دائرة حول الكلمات التي لا تعرفها.

ذهب رشاد وزينة في رحلة مدرسية إلى المتحف. وأكثر ما جذب انتباههم في المتحف هو لوحة عن "الحياة في واحة سيوة". حيث استمعوا إلى عرض يقدم حقائق مهمة عن الواحات.

وشاهدوا صورة تبين موقع واحة سيوة على الخريطة، وسلة وجرّة ممتلئة بزيت الزيتون يرمزان إلى طريقة استخدام سكان الواحة للنباتات المزروعة هناك. ثم نظر رشاد وزينة إلى مخطط ملون موضح به متوسط درجة الحرارة ونسبة سقوط الأمطار السنوية، وفكروا في تأثير دورة الماء في هذه البيئة الطبيعية.



مض الحقائق عن المياه في الواحة. فكتب:

الواحة مكان يقع في الصحراء حيث تتدفق المياه من باطن الأرض إلى السطح في شكل ينابيع، والينبوع كلمة تطلق على مكان تدفق المياه على سطح الأرض. تأتي هذه المياه من الأمطار التي تتساقط وتمتصها الأرض. تأتي واحة سيوة في المرتبة الأولى على مستوى مصر من حيث عدد الينابيع حيث يوجد بها ما يقرب من ٢٠٠ ينبوع.

أما زينة، فكان عليها تسجيل ملاحظات عن البيئة الطبيعية في الواحة، فكتبت:

تتكون هذه المنطقة من مرتفعات، وأراضٍ رطبة، وكثبان رملية وتنمو في الواحة أشجار النخيل والزيتون، ونباتات مثل أشجار السنط التي تساعد في الحد من آثار العواصف كما تشتهر بنباتات مثل النعناع والريحان.

تعد الواحة أيضًا موطنًا للعديد من الحيوانات البرية، مثل الغزال أحمر الجبهة، والغزال الأبيض، والفهود، والأرانب البرية، والذئاب. لاحظ العلماء أيضًا وجود طيور مثل طائر الحبارى الأفريقي، وطيور القمري، والنحام الأكبر. هل تعلمون أن هناك أكثر من ٣٠ نوعًا من الزواحف والحشرات في الواحة؟

وقبل مغادرة المتحف، توقف رشاد وزينة لقراءة وصف أخير حول كيفية تفاعل الإنسان مع البيئة في الواحة، وذُكر فيه:

يصدّر أهل سيوة التمر والزيتون إلى جميع أنحاء العالم؛ فالتمر والزيتون لهما استخدامات متعددة، حيث يمكن تناولهما أو إضافتهما إلى الطعام بطرق مختلفة، كما يصنع سكان الواحة سلات من سعف النخل أو أوراق الشجر ويبيعونها. وكذلك يدخل النعناع، والريحان، والتمر في تصنيع الأدوية في الواحة.



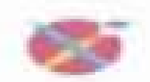
المفردات

شارك الكلمات التي وضعت دائرة حولها مع زميلك، ثم ناقشوا معًا معانيها، واكتب الكلمات التي لم تتعرف عليها أنت وزميلك هنا بألوان مختلفة.

التعريف	الأمثلة (مكتوبة أو مرسومة)
سعف النخل ورق النخيل اليابس سعف النخيل عبارة عن أوراق شجرة النخيل	

ملاحظات (مفاتيح للتذكر ومرادفات وغير ذلك)

واحة - ينبوع – الصحراء – المياه



دورة الماء في الطبيعة

استخدم الكلمات التالية في المربع لتكتب ما يناسب الوصف الصحيح لكل مرحلة في دورة الماء.

عملية التبخر	عملية التكاثف	المياه الجوفية
هطول الأمطار		جريان الماء

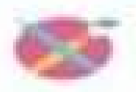
عملية التكاثف

هطول الامطار

جريان الماء

المياه الجوفية

عملية التبخر





أكمل مخطط فن للمقارنة بين الطقس والمناخ، ثم اكتب تعريفًا لكل من الطقس والمناخ

الطقس

الطقس هو عبارة عن حالة الجو أثناء فترة قصيرة

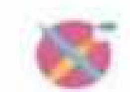
كلاهما

كلاهما يتحدث عن حالة الجو في مده معينه من حيث الحرارة والرياح والضغط والامطار

المناخ

هو معدل الطقس لمنطقة ما، على مدى فترة طويلة من الزمن، وقد تمتد لعدة سنوات.





المناخ المحلي

صف المناخ المحلي لأقاربك الذين يعيشون بعيدًا ويريدون زيارتك.

المنطقة: الأقصر

متوسط درجة الحرارة: 32 درجة

متوسط هطول الأمطار: نادرة

أفضل توقيت للزيارة: يناير لأن درجة الحرارة مناسبة للزيارة

الأجواء دفينة مميزة، ودرجات حرارة معتدلة لا تعتبر باردة

جولة في المناطق المناخية المختلفة

اقرأ المقال عن المناخ مع زميلك، ثم ضع دائرة حول أو خطًا تحت مراحل دورة الماء أثناء القراءة.

تتميز كل منطقة بالمناخ الخاص بها، وتصنَّف حالة المناخ إلى فئات، وتعرف هذه الفئات بكلمة أقاليم (مناطق)، يتشارك كل إقليم (منطقة) بعض أنماط الطقس العامة. دعونا نذهب في رحلة خيالية إلى كل إقليم (منطقة).



تعيش حيوانات مثل الدب القطبي في المنطقة القطبية.

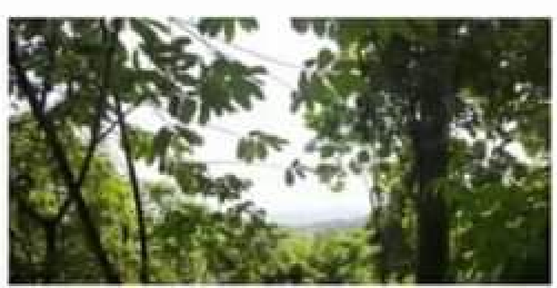
الطقس بارد هنا! فالجليد كثيف ويغطي الأرض. نحن في المنطقة القطبية حيث تكون درجات الحرارة باردة ومنخفضة طوال العام، وينتشر الجليد في العديد من المناطق القطبية. هناك بعض المناطق الأخرى التي تتميز بمناخ جاف.

وهنا الجو بارد، ولكن الأرض تمتلئ بالعشب الأخضر. تحيط بالأرض جبال مغطاة بالثلج، وتُعرف بالإقليم الجبلي. تكون فصول الشتاء باردة، بينما تكون فصول الصيف معتدلة. وعادةً لا ترتفع درجة الحرارة في منطقة الجبال. وتتراوح نسبة هطول الأمطار بين المتوسطة والكثيفة.



هذه منطقة جبلية.

في هذا الإقليم المناخي التالي: الهواء دافئ بعض الشيء؛ لذلك نستطيع سماع طنين الحشرات، ورؤية الزهور في كل مكان. إنه فصل الصيف في المنطقة المعتدلة. تتغير هنا حالة الطقس حسب فصول السنة. فيكون الطقس دافئًا في فصل الصيف وباردًا في فصل الشتاء، وتكون نسبة هطول الأمطار متوسطة طوال العام.



الآن نحن في إقليم مناخي حار ذي رطوبة عالية، حيث يغطي ظل الأشجار الطويلة رؤوسنا ويوجد الكثير من الحيوانات والزواحف. تبدو أنها غابة ممطرة. لا بد أننا في المنطقة الاستوائية؛ حيث تكون درجة الحرارة مرتفعة جدًا طوال العام، وتتراوح نسبة هطول الأمطار بين المتوسطة والكثيفة.



١ . صرح عالم الأرصاد الجوية بسقوط الأمطار طوال اليوم، ستمطر بمقدار ٧ مم في الساعة خلال الست ساعات التالية. ما مقدار المطر الذي سيتساقط؟

مقدر المطر المتساقط =	٧مم	٧مم	٧مم
٧X٦ = ٤٢ مم	٧مم	٧مم	٧مم

٢ . صرح عالم الأرصاد الجوية بسقوط الأمطار كل يوم بمقدار ٣ مم لمدة ٥ أيام متواصلة في شهر سبتمبر. ما إجمالي كمية الأمطار المتساقطة؟

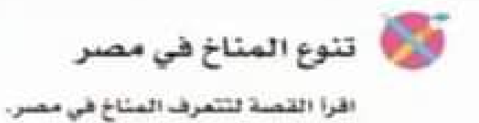
كمية الأمطار المتساقطة	٣مم	٣مم	٣مم
= ٣X٥ = ١٥ مم		٣مم	٣مم

٣ . سجل علماء المناخ هطول الأمطار بمقدار ٤ مم شهريًا لمدة ١٠ شهور في السنة، ولم تمطر في الشهرين الآخرين. ما إجمالي كمية الأمطار المتساقطة خلال السنة؟

اجمالي كمية الامطار المتساقطة خلال سنه =	٤مم	٤مم	٤مم	٤مم	٤مم
٤X١٠ = ٤٠مم	٤مم	٤مم	٤مم	٤مم	٤مم

٤ . يتوقع عالم الأرصاد الجوية سقوط الأمطار لمدة ٦ أيام متواصلة. إذا أمطرت بمقدار ١٢ مم يوميًا، فما مقدار الأمطار المتوقع سقوطها؟

مقدر المطر المتساقط = ١٢ X٦ = ٧٢ مم	١٢مم	١٢مم	١٢مم
	١٢مم	١٢مم	١٢مم



تنوع المناخ في مصر

اقرأ القصة لتتعرف المناخ في مصر.





قال رشاد: "الوقت المفضل لي في السنة هو فصل الشتاء في الإسكندرية؛ لأن درجات الحرارة دائمًا تكون أكثر برودة، وأفضّل المطر عن حرارة الصيف ورطوبته".

أجابت زينة: "ذهبنا مرةً إلى الأقصر في فصل الشتاء لزيارة أقاربنا، وكانت درجة الحرارة مرتفعة جدًا ولم تمطر منذ شهور، كنت أتشوق للرجوع إلى المنزل".

قال رشاد: "هذا أمر غريب؛ تقع مدينتا الأقصر والإسكندرية في مصر، إذن فلماذا كان الطقس مختلفًا فيهما؟" ثم استكمل متسائلًا: "هل الطقس هناك هكذا طوال العام؟"

أجابت زينة: "أظن ذلك"، "فالأقصر تمتاز بالمناخ الصحراوي الحار والجاف ولكن أتساءل: هل تسقط الأمطار هناك؟"

متوسط درجة الحرارة في - الإسكندرية												
الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة الصغرى (درجة مئوية)	٩	٩	١١	١٣	١٧	٢٠	٢٣	٢٣	٢١	١٨	١٤	١١
درجة الحرارة العظمى (درجة مئوية)	١٨	١٩	٢١	٢٤	٢٧	٢٩	٣٠	٣٠	٣٠	٢٨	٢٤	٢٠

متوسط نسبة هطول الأمطار في - الإسكندرية													
الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر	سنة
مقياس هطول الأمطار (مم)	٥٥	٣٠	١٥	٤	١	٠	٠	٠	١	٩	٣٠	٥٥	١٩٦

متوسط درجة الحرارة في - الأقصر												
الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة الصغرى (درجة مئوية)	٦	٧	١١	١٦	٢٠	٢٣	٢٤	٢٤	٢٢	١٨	١٢	٨
درجة الحرارة العظمى (درجة مئوية)	٢٣	٢٥	٢٩	٣٥	٣٩	٤١	٤١	٤١	٣٩	٣٥	٢٩	٢٤

متوسط نسبة هطول الأمطار في - الأقصر													
الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر	سنة
مقياس هطول الأمطار (مم)	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	١	٠	٠	١

الصف الثالث الابتدائي

اكتشف





حالة المناخ في مصر

اكتب جملتين أو ثلاثًا عن المناخ في كل مدينة، واستخدم بيانات الطقس لدعم إجابتك

المناخ في الإسكندرية

تتميز الاسكندرية بمناخ معتدل، إذ يسود بها مناخ البحر المتوسط والذي يتميز بصيفه الحار والجاف وشتائه الرطب والمعتدل والممطر. في فصل الشتاء تتراوح درجة الحرارة العظمى فيه ما بين ١٢ و١٨ درجة مئوية أما فصل الصيف تتراوح درجة الحرارة فيه ما بين ٢٥ و ٣٠ درجة مئوية.

المناخ في الأقصر

يسيطر على الأقصر مناخ صحراوي جاف قليل الأمطار غالبا ما ترتفع درجة الحرارة عن٣٥ درجة مئوية تصل أعلي درجات الحرارة صيفاً إلى ٤١ درجة مئوية وأقل درجة حرارة شتاءً إلى ٨,٥ درجة مئوية





قارة أفريقيا

اكتب المسطحات المائية التالية على أماكنها بالخريطة، ثم استخدم مقياس رسم الخريطة لتحديد المسافة بين مصر والمسطحات المائية الموجودة أسفل الخريطة.

المحيط الأطلنطي الشمالي	المحيط الأطلنطي الجنوبي	البحر الأبيض المتوسط
المحيط الهندي	البحر الأحمر	خليج عدن

محمد خلف

المسافة من مصر إلى:

المحيط الأطلنطي الشمالي ٤٢٥٠ كم — خليج عدن ٢٢٥٠ كم

المحيط الأطلنطي الجنوبي ٥٠٠٠ كم — المحيط الهندي ٣٥٠٠ كم

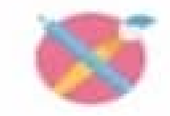


مواقع المدن على خريطة العالم

انظر إلى خريطة العالم واستخدم بيانات المناخ واكتب رقم كل مدينة في الدائرة الخاصة بها لمعرفة موقعها.

المدينة رقم ٣ - درجة الحرارة (درجة مئوية)												
الشهر	يناير	فبراير	مارس	ابريل	مايو	يونيو	يوليو	اغسطس	سبتمبر	اكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة العظمى	٦	٧	١٠	١٣	١٥	٢٠	٢٢	٢١	١٩	١٥	١٠	٧
درجة الحرارة الصغرى	٣	٣	٤	٦	٩	١٢	١٥	١٥	١٢	٩	٦	٣

هطول الأمطار												
الشهر	يناير	فبراير	مارس	ابريل	مايو	يونيو	يوليو	اغسطس	سبتمبر	اكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
مم	٥٣	٣٩	٣٥	٤٣	٥٠	٤٣	٤١	٤٨	٤٩	٥١	٦٣	٥٣



هطول الأمطار

انظر إلى مخططات البيانات، ثم اختر مدينتين. بيِّن عدد الأشهر التي تزيد نسبة هطول الأمطار فيها عن ٥٠ مم والأشهر التي تقل فيها نسبة هطول الأمطار عن ٥٠ مم باستخدام التمثيل البياني الخطي.

المدينة: رقم ٣ عدد الاشهر التي تزيد نسبة هطول الامطار فيها عن ٥٠مم هي ٤ اشهر وهي (يناير واكتوبر ونوفمبر وديسمبر) اما عدد الاشهر التي تقل فيها هطول الامطار عن ٥٠ هي ٧ اشهر وهي (فبراير – مارس – ابريل – يونيو – يوليو - اغسطس – سبتمبر)

محمد خلف

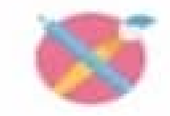
المدينة: رقم ١ تزيد نسبة هطول الامطار فيها عن ٥٠مم في جميع اشهر العام

المدينة رقم ١ - درجة الحرارة (درجة مئوية)												
الشهر	يناير	فبراير	مارس	ابريل	مايو	يونيو	يوليو	اغسطس	سبتمبر	اكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة العظمى	[illegible]	[illegible]	[illegible]	٣	٥	١٢	١٤	١٤	١٠	٥	٦	[illegible]
درجة الحرارة الصغرى	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	٣	٦	٩	٥	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

هطول الأمطار

المدينة رقم ٣ - درجة الحرارة (درجة مئوية)												
الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة العظمى	٦	٧	١٠	١٣	١٥	٢٠	٢٢	٢١	١٩	١٥	١٠	٧
درجة الحرارة الصغرى	٣	٣	٤	٦	٩	١٢	١٤	١٤	١٢	٩	٦	٣

هطول الأمطار												
الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
مم	٥٣	٣٦	٣٠	٤٣	٥٠	٤٣	٤١	[illegible]	٤٩	٧١	٦٣	٥٣



هطول الأمطار

انظر إلى مخططات البيانات، ثم اختر مدينتين. بيّن عدد الأشهر التي تزيد نسبة هطول الأمطار فيها عن ٥٠ مم والأشهر التي تقل فيها نسبة هطول الأمطار عن ٥٠ مم باستخدام التمثيل البياني الخطي.

المدينة: رقم ٣ عدد الاشهر التي تزيد نسبة هطول الامطار فيها عن ٥٠مم هي ٤ اشهر وهي (يناير واكتوبر ونوفمبر وديسمبر) اما عدد الاشهر التي تقل فيها هطول الامطار عن ٥٠ هي ٧ اشهر وهي (فبراير – مارس – ابريل – يونيو – يوليو - اغسطس – سبتمبر)

المدينة: رقم ١ تزيد نسبة هطول الامطار فيها عن ٥٠مم في جميع اشهر العام

مم

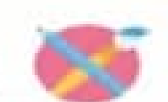
المدينة رقم ١ - درجة الحرارة (درجة مئوية)												
الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة العظمى	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
درجة الحرارة الصغرى	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

هطول الأمطار

الصف الثالث الابتدائي



الدرس 7 المحور الثاني الفصل الثاني



مشكلات المياه

اقرأ عن الفيضانات وحالات الجفاف، ثم املأ مخطط السبب والتأثير.

الفيضان



يحدث الفيضان عندما تغطي المياه مناطق من اليابسة؛ وذلك نتيجة لهطول الأمطار بغزارة في فترة زمنية قصيرة لا تتمكن فيها الأرض من امتصاصها؛ مما يؤدي إلى زيادة منسوب الأنهار وامتلاء المناطق المنخفضة بالقرب من النهر بالمياه. تتدفق مياه الفيضان بسرعة وقد تشكل خطرًا على الناس. كما تتسبب الفيضانات في تلوث مصادر مياه الشرب.

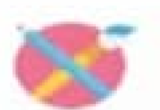
الجفاف



تحدث حالات الجفاف بسبب توقف هطول الأمطار، وذلك عندما يستمر طقس شديد الجفاف لفترة طويلة؛ مما يتسبب في جفاف الأنهار والبحيرات. وقد تموت النباتات لندرة المياه. عندما تعاني المزارع من الجفاف، تقل حصة الطعام التي يحصل عليها البشر والحيوانات. وبحسب المصدر المحلي، قد يكون الحصول على مياه شرب نظيفة أمرًا صعبًا أيضًا.







البحث في مشكلات المياه

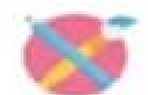
استخدم المصادر المقدمة من أجل البحث في إحدى مشكلات المياه الكبرى، وسجل ملاحظاتك في مخطط الأفكار.

محمد خلف

مشكلة مياه: **الفيضان**

التأثير في الإنسان	التأثير في النباتات والحيوانات
التأثير المباشر للفيضانات على السكان يتمثل في أوجه عديدة، أبرزها: فقدان الأرواح البشرية، والأضرار بالممتلكات وفقدان الثروات الحيوانية وانتشار الأمراض المعدية	موت النباتات والحيوانات مما يؤدي إلي فقدان الثروات الحيوانية

التأثير في البيئة	العلاقة بدورة الماء
تعطل شبكات الصرف الصحي وتسرب المياه منها، بالإضافة إلى الدمار الذي يلحق بالكثير من المباني والشوارع والمباني	هطول الامطار بغزارة يؤدي ألي زيادة منسوب الأنهار والبحار والمحيطات مما يساعد علي استمرار دورة المياه



الفيضانات والجفاف

اذكر الأماكن التي قد تحدث فيها مشكلات المياه، واستعن بدلائل لدعم إجابتك.

محمد خلف

مراعٍ طبيعية	صحراء	غابات استوائية	أرض رطبة	بيئة قطبية

يُحتمل حدوث الفيضان في غابات استوائية

لأن لأن الغابات الاستوائية تتميز بالحرارة المرتفعة وامطار غزيرة وهذا يؤدي إلي الفيضانات

يُحتمل حدوث جفاف في الأماكن التالية مراع طبيعية و الصحراء والأرض الرطبة

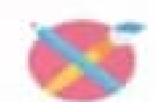
لأن لان هذه الاماكن تقل سقوط الامطار بها

الصف الثالث الابتدائي



الدرس 8 المحور الثاني الفصل الثاني

قطبية أو غابة ممطرة استوائية أو أرض عشبية أو أرض رطبة



متطلبات العرض في المتحف

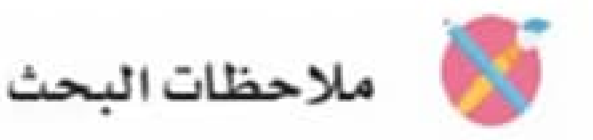
راجع المتطلبات الآتية، واطلب من عضو واحد في المجموعة قيادة العمل على كل عنصر من عناصر العرض. أثناء العمل، سجل في هذه الصفحة تقدمهم في النشاط.

محمد خلف

البيئة المخصصة: غابة ممطرة استوائية

إقليم بيئتنا: الاقليم الاستوائي (افريقيا – آسيا – امريكا الجنوبية)

أكمل	المتطلب	قائد المجموعة
	نظرة عامة مكتوبة عن المناخ في الإقليم البيئي.	
	وصف مكان وجود البيئة الطبيعية في العالم، بما في ذلك إقليمك.	
	مخطط عن كيفية تأثير دورة الماء على الإقليم مع شرح العلاقة بين المناخ الإقليمي ودورة الماء.	
	معلومات عن مدى تأثير دورة الماء في الإقليم في نوعين من النباتات والحيوانات على الأقل. النموذج الذي سنستخدمه: ____	
	خريطة للعالم تعرض موقع الإقليم مصحوبًا بوصف مكتوب عن العوامل التي تؤثر في	



ملاحظات البحث

اكتب عن بيئتك الطبيعية، وصف موقعها في العالم، ثم اكتب عن الإقليم المخصص، وأكمل المربعات أثناء البحث عن بيئتك الطبيعية وإقليمك.

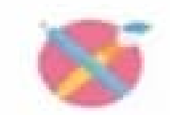
محمد خلف

بيئتي الطبيعية: غابات ممطرة استوائية

تقع بيئتي الطبيعية في هذا الإقليم من العالم: افريقيا – آسيا – أمريكا الجنوبية

إقليمي المخصص أو المحدد: الاقليم الاستوائي

ما العلاقة بين المناخ المحلي ودورة الماء؟	حقائق عن المناخ:
نزول الأمطار بغزارة يؤثر في دورة الماء	حار ممطر صيفا بارد جاف شتاءا
كيف تتأثر النباتات والحيوانات بدورة الماء؟	**عوامل الموقع التي تؤثر في المناخ:**
تتأثر النباتات والحيوانات عند عدم اكتمال دورة الماء بسبب الجفاف وعدم سقوط الامطار	الغطاء النباتي سقوط الامطار





خريطة الإقليم المناخي

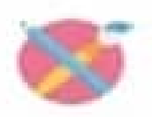
اعرض موقع إقليمك على خريطة العالم. قم بقطع هذه الصفحة من الكتاب وضعها في مكان العرض.

الصف الثالث الابتدائي

اكتشف



عرض الملاحظات التي تم تسجيلها



العصف الذهني

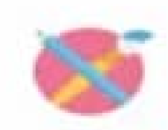
استخدم هذه الصفحة لممارسة العصف الذهني لعرض بعض الأفكار.



السبورة التي بها لوحات ويمكن رفعها لقراءة حقائق عن المعلومات المختلفة



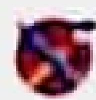
محمد خلف



ما تعلمته

اكتب اسم البيئة الطبيعية في العمود الأول في المخطط، وفي العمود الثاني، اكتب معلومات عن مناخ البيئة الطبيعية، أما في العمود الثالث، فاكتب معلومات عن دورة الماء. وفي العمود الرابع، اكتب سؤالاً واحدًا عن المناخ المذكور.

البيئة الطبيعية	المناخ	دورة الماء	أتساءل....؟
غابة ممطرة استوائية	دافئة ورطبة، متوسط درجة الحرارة أعلى من ٢٠ درجة مئوية، تشتهر بكثرة هطول الأمطار	نزول الأمطار بغزارة يؤثر في دورة الماء	بماذا تشتهر الغابة الممطرة الاستوائية ؟
البيئة القطبية	تمتاز البيئة القطبية بالبرودة الشديدة ويقل فيها تساقط الامطار اما في الصيف فالحرارة دافئة تصل درجة الحرارة الي ٢١ درجة	المياه المخزنة ككتل جليدية تؤدي إلي تقليل كمية المياه المتاحة لبقية السنة	بماذا تمتاز البيئة القطبية ؟
أرض عشبية	تتميز الأراضي العشبية بصيف دافئ وشتاء بارد ممطر	نزول الأمطار بغزارة يؤثر في دورة الماء	بماذا تمتاز الأراضي العشبية؟
البيئة الصحراوية	مناخ شديد الحرارة صيفاً ومعتدل الحرارة خلال بقية العام، مع تساقط قليل لكميات الأمطار خلال فصل الشتاء	نزول الأمطار بكميات قليلة يؤثر في دورة الماء	هل تتساقط الأمطار في البيئة الصحراوية ؟



سنتعلم عن...

لاحظ الصورة للحصول على معلومات عن موضوع هذا الفصل.

الفيضان كمية من الأمطار تهطل على الأرض في فترة
زمنية قصيرة فلا تستطيع امتصاصها



تعرف تأثير الأمطار الغزيرة

سجّل تأثير الأمطار الغزيرة الذي قرأته في القصة، وأصف التأثيرات الأخرى التي يمكنك تذكرها مما تعلمته في الفصل.

السكان	البيئة
• تتجمع مياه الفيضانات حول المنازل وتدمرها.	• تغمر الفيضانات النباتات والأشجار وتدمرها
• كما أنها قد تتسبب في قطع الكهرباء	• غرق ضفاف النيل
• قطع الطرق فتعيق حركة المواصلات	• هجرة الحيوانات بعيداً عن مكانها
	• جرف أجزاء من الشواطئ أو انحسار المياه منها

الموضوع الرئيس

الأمطار الغزيرة بالإسكندرية عام ٢٠٢٠م

معلومة أساسية

غمرت مياه الفيضان الشوارع ودخلت المنشآت والمنازل وتسببت في هدم عدد من المنازل.

معلومة أساسية

بعض الأهالي أحضر قوارب الصيد القريبة إلى الشارع لمساعدة الناس في التنقل

المفردات: متطوع

أكمل مخطط الأفكار لمساعدتك في تعلم الكلمة الجديدة.

التعريف	الأمثلة (مكتوبة أو مرسومة)
متطوع	شخص يقدم المساعدة دون الحصول على مقابل مادي

استخدمها في جملة

أحب أن أكون متطوع لمساعدة الأصدقاء

ملاحظات (مفاتيح للتذكر ومرادفات وغير ذلك)

التطوع ليس وظيفة

التطوع عمل بدون مقابل

اكتب خطابًا إلى عائلتك واطلب منهم مساعدتك في إيجاد فرصة تطوع في المجتمع واذكر أسباب التأثير الإيجابي للتطوع في المجتمع.

والدي العزيز ...

أكتب لك لأطلب منك مساعدتي على إيجاد فرصة للتطوع فإن
العمل التطوعي مهم جدا للمجتمع.

عندما نتطوع فإننا نساعد المجتمع والمحتاجين دون مقابل،
ففي حادث الإسكندرية قام الأهالي بإحضار الطعام
والاحتياجات اللازمة لبعضهم البعض، كما قام الصيادون
باستخدام قواربهم لإنقاذ المواطنين.

وأنا أستطيع أن أقوم بإزالة القمامة من الحي
أو توصيل الطعام لكبار السن أو مساعدة معلمي
في المدرسة فهذا العمل يجعل مجتمعنا يعيش
في محبة وسلام

ابنك / ابنتك

يُمكنني القيادة

اكتب جملتين عن الأسباب التي تجعلك قائدًا عظيمًا.

* قائمة الصفات للقائد العادل
طيب / عادل / مستمع جيد /
يعمل على حل المشكلات / يعمل جيدا
مع الآخرين / على استعداد لتقديم
تنازلات / الرعاية

أختار اثنين من هذه الصفات بعد كتابتها
على السبورة واختيار التلاميذ
للصفات التي يجدها في نفسه

سيتم قطع هذا الجزء ثم كتابة اسم المرشح من قبل التلميذ

بطاقة الاقتراع

أصوّت لصالح:

وظائف مؤثرة

ملحوظة: يمكنك اختيار إحدى هذه الوظائف:
قائد مدني / مهندس مدني
مهندس معماري
صياد / رجل شرطة
رجل إطفاء / عامل بناء

دوِّن ملاحظات أثناء قراءتك عن الوظيفة المسندة إليك، وتأكد من الإجابة عن كل سؤال.

الوظيفة: رجل الإطفاء

...سئوليات صاحب الوظيفة؟

هي الوصول لمكان الحريق بسرعة وإنقاذ العالقين
وإطفاء الحريق

...يساهم صاحب الوظيفة بإيجابية في المجتمع؟

لكي يكون عملي إيجابيا أجعل الأولوية
لإنقاذ أرواح العالقين في الحريق

...التحديات التي يواجهها صاحب الوظيفة أثناء أداء وظيفته؟

هي أنني أسيطر على الحريق وأخرج
العالقين في الوقت نفسه

مقابلة مع قائد

اكتب نصًا تستطيع تمثيله مع صديق

ملحوظة

هذا النص نموذج
وللمعلم كتابة أسماء
أخرى من التاريخ

المراسل الصحفي: معكم ______________ وسأجري اليوم مقابلة مع

(الاسم)

طلعت باشا حرب

القائد: أهلا وسهلا بكم

أنا سعيد بأني أجري هذا الحوار معكم اليوم

المراسل الصحفي: هل يمكنك إخبارنا كيف كان حال مصر عندما كنت صغيرًا؟

القائد: لقد كان الاقتصاد المصري تحت أيدي الأجانب فأردت أن

أحرره من الاحتكار الأجنبي

المراسل الصحفي: متى وُلدت وأين؟

القائد: في القاهرة في ٢٥ نوفمبر سنة ١٨٦٧ م

المراسل الصحفي: ما الذي قمت به لتحظى بهذه الشهرة؟

القائد: لقد كنت أشهر اقتصادي وطني وأسست مشروعات

اقتصادية كثيرة

المراسل الصحفي: ما الصفات التي جعلت منك هذا "القائد" اليوم؟

القائد: الإبداع والمجازفة والعمل الجاد والولاء والعزيمة

(اذكر صفات القائد أولًا)

المراسل الصحفي: بم تنصح من يريد أن يصبح قائدًا في المستقبل؟

القائد: أنصحه أن يتحلى بالصبر وحب الوطن والاجتهاد

المراسل الصحفي: أشكرك على المقابلة. طلعت باشا حرب

القائد: شكرًا لك وأتمنى أن تكونوا استفدتم من معلوماتي

(اكتب إجابة)

مشكلة الموارد المائية في الواحة

اقرأ القصة ثم اجب عن الأسئلة، واكتب أسفل الصور الكلمة المناسبة لوصفها والمكتوبة بخط عريض في القصة.



يستخدم الشادوف لرفع المياه

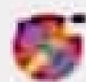
استخراج المياه النظيفة في الواحة من أعماق باطن الأرض ... صعبًا. في الماضي ابتكر الناس الشادوف لاستخراج المياه واستخدامها في الواحة. يتكون الشادوف من ... وعمود معلق ... في أحد طرفيها وثقل مثل حجر كبير في الطرف الآخر.



مضخة رفع المياه تستخدم لتوزيع الماء

... ولكننا في الوقت الحاضر نستخدم المضخات الحديثة ... لرفع المياه من الآبار. تعمل مضخة رفع المياه الحديثة ... بالكهرباء وبها مواسير لنقل كمية كبيرة من المياه، مما يعني استخدام المزيد من المياه. وإذا توفر المزيد من المياه، ... ري المزيد من المحاصيل. وينتج عن ذلك زراعة مساحات ... أكبر، مما يؤدي إلى بيع كثير من المنتجات وبالتالي ... مزيد من الدخل أو الأموال.

وبالرغم من ذلك، تواجه التكنولوجيا الجديدة تحديات أيضًا. فإذا ضخ الكثير من المياه، فقد تبقى دون استخدام وتُهدر. كما يستغرق الأمر وقتًا طويلًا ... كميات قليلة من الأمطار وتحل محل المياه الجوفية في الواحة. ويجب التفكير في طريقة يمكن بها إحداث توازن بين كسب المزيد من الأموال وحماية المياه.



لوحة اللعب

استخدم هذه اللوحة لأداء اللعبة بعد قص البطاقات ص ١٨٣ ووضعها مقلوبة سيقوم التلاميذ بأخذ بطاقة بطاقة وتنفيذ ما بها عن طريق لعبة (ملك وكتابة)

البداية



يمكنني المساعدة

سجل نوع القمامة التي تلتقطها (ورقة أو قطعة بلاستيكية أو معدن) وأين تجدها.

نوع القمامة	المكان
ورقة	أمام بوابة المدرسة في الشارع
قطعة بلاستيكية	في الفصل أمام المنزل
قطع معدنية	أمام المقصف فناء المدرسة

الإيجابيات والسلبيات

فكر في آثار تركيب كاميرا في المدرسة للمساعدة في حملة مدرسية خالية من القمامة. وقرر الصف الدراسي بعض إيجابيات وسلبيات هذه التكنولوجيا

ما هي إيجابيات استخدام تكنولوجيا الكاميرا؟

- نستطيع رؤية الأشخاص الذين يلقون القمامة
- أخذ صور لتذكير الطلاب بأهمية عدم إلقاء القمامة
- توبيخ الأشخاص الذين يتركون قمامة كثيرة

ما هي سلبيات استخدام تكنولوجيا الكاميرا؟

- من الصعب استرجاع المواد المسجلة
- استخدام هذه التكنولوجيا مكلف جدا
- من الصعب تحديد مكان وضع الكاميرا



أكمل مخطط الأفكار للتفكير في إمكانية استخدام نوع محدد من التكنولوجيا لمنع الفيضان أو التعامل معه

إحدى المشكلات

الاحتفاظ بالمياه
طوال العام

التكنولوجيا
التي اخترتها

عمل أحواض

هذه التكنولوجيا ستمنع

الحفاظ على المياه

ستقدم هذه التكنولوجيا المساعدة في

مخزن المياه

التكنولوجيا ستمنع

[illegible]

...وجيا المساعدة في

أنزل مياه عذبة صالحة
للتربية

يمكن لهذه التكنولوجيا

تنقيتها للشرب

يمكن لها أيضًا المساعدة في

عمل حمامات بعد تنقيتها
للاستخدام الآدمي

بناء هرم

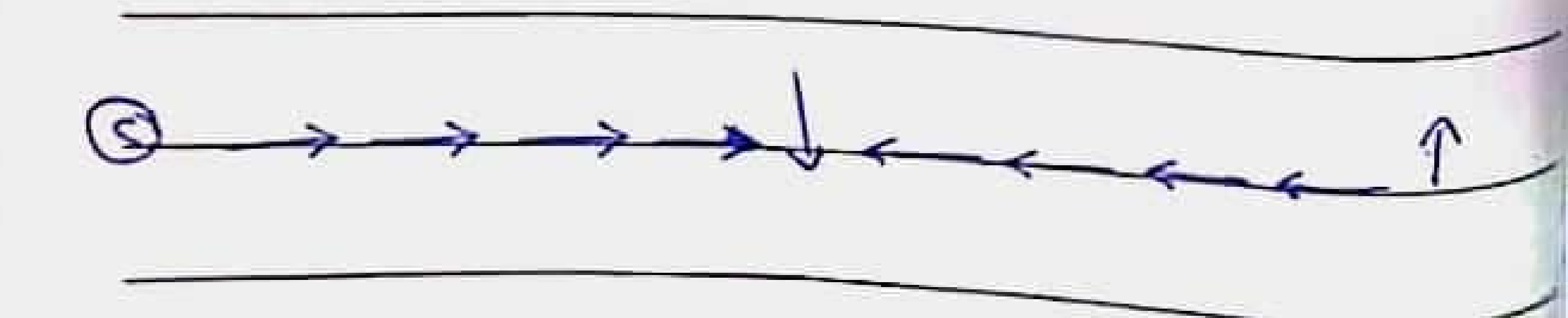
انظر إلى الشفرة المصورة. أكمل الجزء المتبقي من الشفرة لبناء هرم.

١ ٢ ٣ ٤

١

٢

...ب الجزء المتبقي من الشفرة بالأسفل لبناء الهرم





تصوير منطقة مغمورة بالمياه

اكتب شفرة لتوجيه الكاميرا إلى المرور فوق كل مربع من المساحة المعروضة بالأسفل ثم العودة إلى نقطة البداية. استخدم خيارات الشفرة المعروضة بالأسفل فقط. يمكنك استخدام هذه الشفرة بأي ترتيب تختاره

↑	خطوة إلى الأعلى	⇧	: خطوات إلى الأعلى
↓	خطوة إلى الأسفل	⇩	: خطوات إلى الأسفل
→	خطوة إلى اليمين	⇨	: خطوات إلى اليمين
←	خطوة إلى اليسار	⇦	: خطوات إلى اليسار

⇨					→	→	⇩
↑	⇩	←	⇩	←	⇩	←	
↑		↑		↑		↑	
↑						↑	
							↓
	↓		↓		↓		↓
	↓	⇧	←	⇧	←		↓
⇧	↓	⇨				⇧	↓
الكاميرا	←	↑					⇦

أفكاري

اذكر ثلاثًا من أفكارك عن حاجز قصاصات

- صنع الحاجز من الصخور
- صنع الحاجز من الطين
- صنع الحاجز من أكياس بلاستيك



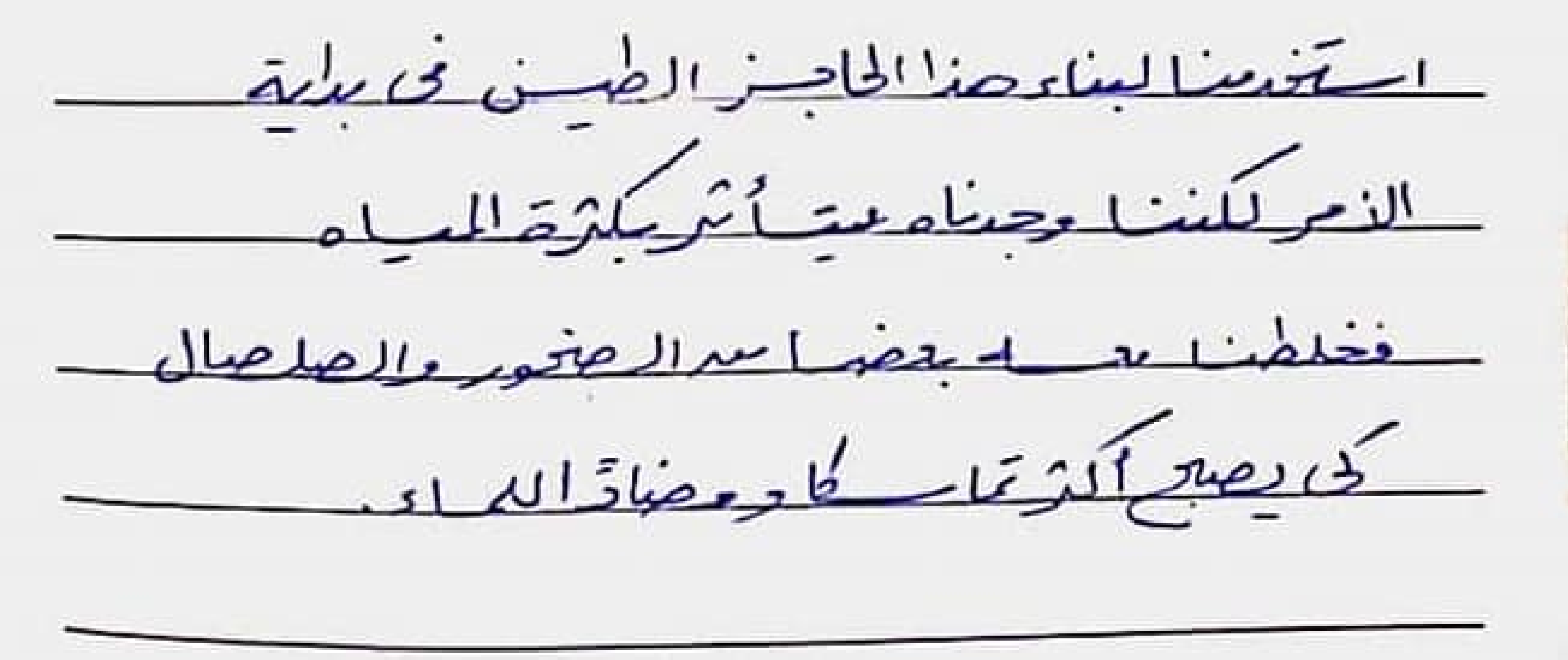
كيف يمكن التحسين؟

دوّن ملاحظات عما تلاحظه، وما ينجح بشكل جيد و ما يحتاج إلى التحسين.

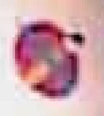
ما ينجح بشكل جيد	ما يمكن تحسينه
الصخور	الطين
صلصال	رمال
	علبة مناديل
	أكياس بلاستيكية

إعادة التصميم

ارسم حاجز فيضانات بعد إعادة تصميمه مع وصف مكوناته. وضح ما اخترت تغييره وسبب ذلك التغيير



استخدمنا لبناء هذا الحاجز الطين في بداية
الأمر لكننا وجدناه يتأثر بكثرة المياه
فخلطنا معه بعضا من الصخور والصلصال
كي يصبح أكثر تماسكا ومقاومة للماء.



خطاب للمجتمع

وجه خطابك إلى أحد أفراد المجتمع. اكتب خطابًا مفيدًا استنادًا إلى أحد الأشياء الجديدة التي تعلمتها

محافظ دمياط ......

بعد التحية والسلام ؛

أكتب لك لكي أنقل لك أهم ما تعلمته في كتابي هذا

لقد تعلمت أن الأمطار الغزيرة قد تتسبب في فيضانات

وتؤثر على البيئة والسكان ولذا فهناك الكاميرا

الجوية التي تساعدنا في العثور على المناطق وعلى الأشخاص

في حاجة إلى المساعدة ولذا فأنا أود التطوع لمساعدة

كبار السن والمحتاجين.

تعلمت أيضا كيف أن البيئة تتعرض لمشكلات كثيرة

وكيف نتعاون معا لحل هذه المشكلات

وفي النهاية يجب أن نكون مواطنين صالحين

الطالب ....